

༄༅། བོད་ཀྱི་ནང་བསྟན་དཔེ་ཚོགས་ལྟེ་གནས་།།

*Tibetan Buddhist Resource Center*

**Text Scan Input Form - Title Page**

<b>Work:</b>	W8LS77443	<b>ImageGroup:</b>	I8LS77452
<b>LCCN:</b>	n/a	<b>ISBN:</b>	n/a

<b>Title:</b>	བྱིས་པ་ཐར་ལམ་བགྲོད་པའི་རྣམ་པའད་གསེར་གྱི་ཤིང་རྟ། byis pa thar lam bgrod pa'i rnam bshad gser gyi shing rta/
<b>Author:</b>	སྐར་ཁམས་གུང་རི་ཀརྨ་བསྟན་འཛིན་ཀུན་དགའ་ཚོས་གྱི་རྒྱལ་མཚན། smar khams gung ri kar+ma bstan 'dzin kun dga' chos kyi rgyal mtshan/
<b>Descriptor:</b>	digital images of the text are made available through the kind support of Great Enlightenment Buddhist Institute Society (GEBIS) in Canada
<b>Original Publication:</b>	n/a;n/a
<b>Place:</b>	Taipei, Taiwan
<b>Publisher:</b>	The Corporate Body of the Buddha Educational Foundation
<b>Date:</b>	2002
<b>Volume:</b>	1
<b>Total Volumes:</b>	1
<b>TBRC Pages:</b>	2
<b>Introductory Pages:</b>	n/a
<b>Text Pages:</b>	n/a
<b>Scanning Information:</b>	Scanned at Tibetan Buddhist Resource Center, 1430 Massachusetts Ave, 5th Floor Cambridge, MA 02138.



༡༡། ཁྱིས་པ་ཐར་ལམ་བསྐྱོད་པའི་རྣམ་

བཤད་གསེར་གྱི་ཤིང་རྩ། །

ཐུང་གཤམ་གྱང་རི་གཞུང་ཐུན་པའི་རྩ་ཁྱེད་གྱི་ཐུང་མཆོན་གྱིས་པ་ཐུང་ས།

༡༡། ཁྱིས་པ་ཐར་ལམ་བཟོད་པའི་རྣམ་  
བཤད་གསེར་གྱི་ཤིང་རྟ། །

ཐུང་པམས་གུང་འི་ཀུམ་བུ་ལྷན་འཛིན་ཀུན་དགའ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་བརྩམས།

Printed for free distribution by

**The Corporate Body of the Buddha Educational Foundation**

11F., 55 Hang Chow South Road Sec 1, Taipei, Taiwan, R.O.C.

Tel: 886-2-23951198 , Fax: 886-2-23913415

Email: [overseas@budaedu.org](mailto:overseas@budaedu.org)

Website: <http://www.budaedu.org>

**This book is strictly for free distribution, it is not for sale.**

*His Holiness*  
*Sakya Trizin*  
 HEAD OF THE SAKYAPA ORDER  
 OF TIBETAN BUDDHISM



Dolma Phodrang  
 192 Rajpur Road  
 PO Rajpur - 248009  
 Dehra Dun UP India  
 Tel.: (0135) 684081  
 Fax : (0135) 684498

༄༅། བད་ཚེས་དོན་གཉེར་ཅན་གྱི་ཕྱི་ནང་སྤྱི་བོ་ཡོངས་ལ་སྐྱབས་སྤྲོད། ལུང་རི་ཀམ་སྤྱལ་སྤྱི་  
 བས་སྤྱལ་ལྟོ་སེམས་པསྤྱད་སྟོགས་གྱི་འགྲེལ་བ་ཚེས་ཚན་གལ་ཆེའི་རིགས་ཕྱོགས་བསྐྱས་  
 གྱི་བར་སྐྱབས་མཛད་བར་སྤྱིར་ནས་རྗེས་སུ་ཡི་རང་དང་འབྲེལ། སྟོག་བ་བོ་རྣམས་གྱི་རྒྱུད་ལ་  
 གསུང་རབ་རྣམས་གྱི་གོ་དོན་ལེགས་རྟོགས་ཐོག་སེམས་རྒྱུད་དུ་ལ་ཞིང་། རང་གཞན་ཡོངས་གྱི་  
 བན་བདེའི་ཅ་བར་གྱུར་བ་བྱམས་སྤྱིར་རྗེ་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་སྟོགས་ལེགས་ཚོགས་  
 ཡོན་ཏན་མཐའ་དག་ལྷ་བ་ཡར་གྱི་རོ་བཞིན་གོང་ནས་གོང་དུ་འཁོལ་བའི་སྟོན་འདུན་བཅས།  
 ར་རྩ་བར་ནས། ས་སྤྱི་ཁྱིམ་འཛིན་པས། ༡༠༠། ལྷ་ ༥ ཚེས་ ༥ དགོ་བ་ལ།





ཇོང་སར་བཤད་བྱེད་སྐུ་ལ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་དགའ་ཚལ།

# DZONGSAR INSTITUTE

FOR ADVANCED STUDIES OF BUDDHIST PHILOSOPHY AND RESEARCH  
(REGISTERED UNDER THE SOCIETIES REGISTRATION ACT XXI OF 1860)

## BOARD OF DIRECTORS

Khyentse Norbu Rinpoche  
Khadro Tsering Choden  
Khenchen Kunga Wangchuk

༡༡། བླ་མ་རི་ཀུ་མ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཚན་  
གྱིས་བསྟན་དོན་ལ་དགོངས་ཏེ་དོན་གཉེར་ཅན་མེ་མེའི་དོར་མདོ་རྒྱུད་དང་  
མཐུན་པའི་སྐབས་མེ་མེས་དང་གསལ་སྟོན་སྐབས་གསལ་བཟུང་མེ་  
ལུ་འགའ་ཞིག་གནང་འདུག་པ་ལ་ཤིན་ཏུ་ལེགས་པའི་ཞིས་  
རྩིས་སྤྲོད་པར་ཞུ་ཡིན།

## ABBOTS

Khenpo Rinchen  
Khenpo Jamyang Losal

ཇོང་སར་བཤད་བྱེད་མཁའ་ནན་ཀུན་དགའ་དབང་།  
༢༠༠༧ ལྷ་པ་ ལོ་མེ་ཆོས་ཀྱི་ལོ།



## CO-ORDINATORS

Jigme Namgyal  
Pema Wangchuk  
Sonam Chopel  
Jamyang Zangpo  
Photshe Tobgyal  
Karma Journey

## DZONGSAR INSTITUTE

Bir-176077, Kangro  
Himachal Pradesh, INDIA  
Ph. : 91-1894-68514  
Fax : 91-1894-68508

འཕྲོ་ཏུ་སྒྲེང་བ།

རིག་གཞུང་ནི་འདྲི་བྱེད་དུ་སྒྲིམ་པ་བདག་གིས་བྱེད་པའི་ཕྱི་རྒྱུ་ལོས་  
 མ་མཆིས་ཀྱང་། འོན་ཏེ་སངས་རྒྱས་སྤོང་ལས་ཆེས་ལྷག་པའི་ཡལ་ཇེ་འགྲོ་  
 བའི་མགོན་པོ་ཡོངས་འཛིན་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་བྱགས་བསྐྱེད་ལས་གཞུང་བྱགས་  
 པ་རྒྱའི་སྐྱེད་ཆ་ལ་གྱི་དོགས་སུ་རྩ་ཡིག་གཉིས་པ་ཐོས་བསམ་གྱི་བཅུད་ལ་ཁྲིང་  
 སྒྲིར་བུང་བཟད་བགྱིས་པའི་སྐལ་བཟང་བརྟེས། ཟ࿳་ལོ་༡༩༩༡ ལོར་ཕུན་  
 རང་སྐར་ཁམས་སུ་ཆས་པའི་སྐུ་གོང་མའི་ཞལ་སྦྱོར་འགའ་གས་དང་སྒྲ་བྲང་  
 འདི་ནི་དུ་གྱི་ཆེད་ལས་དཔག་མེད་སྦྱོང་བའི་ཕྱག་མཛོད་དམ་པ་འཛོམས་  
 དབྱངས་ལྟ་མོ་ལགས་དབུས་རང་སྦྱོར་དོན་གཉེར་ཅན་དུ་མས་འགྲེལ་མཆན་  
 དང་མཁུར་ཐོ་འདི་རྣམས་ནན་དུ་བསྐྱལ་ཞིང་། ཁོ་ཐོས་སྒྲན་སུ་མ་ཉི་ཆོ་བ་  
 རེ་ལས་སྦྱངས་སྦྱོང་མེད་ཁར་དོག་ཅོང་བཞིན་དུ་འཆར་ཡོང་བྱེད་པའི་སྒྲིགས་ར་  
 རེ་ལ་ཕན་སྤྱིར་ཕལ་ཆེག་ཁོ་ནའི་རྟེན་སྦྱོར་བགྱིས་གིང་རང་རྒྱལ་གཞན་ཕམ་  
 གྱི་ཅོད་བྱེད་ཡང་མེད་ཁུལ་ཡིན། ཟ࿳་ལོ་༡༩༩༢ ལོའི་རྒྱ་ཡ་པའི་ནང་སྐར་  
 བཅན་ཕྱོལ་དུ་བྱོས་ཞོར་ཕྱག་མཛོད་དམ་པ་དབུས་མི་ཉེར་བདུན་དུས་མིན་  
 རྒྱུན་ལམ་དུ་ཤོར་པའི་སྐབས་དེར། སྒྲ་བྲང་གི་རྒྱུ་རྩར་ཡོད་དོ་ཅོག་ཐལ་བ་  
 བཞིན་འཕངས་པའི་ཁྱོད་དུ་ཡིག་ཆ་འང་ཤུལ་དེར་ལུས། ཟ࿳་ལོ་༡༩༩༤ རྒྱ་  
 ཡ་པའི་ནང་གཞུང་མོ་བསམ་གཏན་གྱིས་སྐྱིད་དོང་རྒྱས་མི་གཉིས་ལ་ཡིག་



ཆ་ནམས་ཁལ་བཀལ་ནས་རིམ་བཞིན་བལ་པོ་རུ་དོ་བདག་ལག་ཏུ་སྟོན་པ་དང་  
 ལྷག་མཛོད་སྤང་མོད་མ་པའི་མཛོད་སྟོན་མིག་ལམ་དུ་གར་ནའང་གཅིག་པོར་  
 གཅིག་སྐར་བལ་བའི་ངང་ཚུལ་དེ་བསམ་བཞིན་དུ་རྒྱ་གསུམ་རིང་སྤར་ཡང་མཆི་  
 མའི་ཆར་རྒྱན་མ་ཆད་པ་སྤྱག་བསྐྱལ་གྱི་གཡང་རོང་ལ་ལྷུང་བའི་ལུར་ལུང་  
 རིགས་སྤྱུ་བའི་བྱ་མཆོག་ཆེན་པོ་དགེ་བཤེས་ལྟ་རམ་པ་ངག་དབང་ཆོས་ལྷན་  
 ལགས་ཀྱིས་སྤང་མོད་མ་པའི་རེ་དགོངས་ཡོངས་སུ་རྩོགས་ཐུར་དུ་ཅོམ་ཐོ་  
 ནམས་དེ་བཀའ་བྱུགས་སུ་བཀོད་གལ་ཆེ་ཚུལ་བཀའ་མཆིད་གནང་བ་ལྟར། བི་  
 མ་ལ་མི་ཏུ་སྟོགས་ཀྱི་ཤེར་འབྲེལ་བ་བྱུང། རེ་ཏུ་རེ་སྟོགས་ཀྱི་ལྷུང་བཤགས་  
 དཀའ་འབྲེལ། སྤྱོད་ཐབས་ཁག་འགའ་ཤས་སྟོགས་ལས་བདུས་ནས་མཆན་  
 སྤྱུར་བགྱིས་ཤིང་། ལམ་སྤྱོན་རང་འབྲེལ་དང་སྤྱོད་ཐོས་མཐའ་ཡས་ཀྱི་འབྲེལ་  
 པར་བདུས་ཤིང་སྤྱི་བཤགས་དང་གང་སྤྱོད་མ་གཉིས་ཀྱི་དཔུང་གཞི་གང་ཡང་  
 མ་རྟོན། མདོར་ན་དམ་པ་གང་ཉིད་དབུས་བདག་ལ་འབྲེལ་སྟོགས་སྟོས་བཅས་  
 ནམས་ཀྱི་རེ་འདོད་ཡོངས་སུ་བཀའ་ནས་རྒྱལ་བ་འོད་དཔག་མེད་ཀྱི་ཞིང་དུ་  
 བརྟུས་ཏེ་སྤྱི་བའི་སྟོན་འདུན་འཆལ། དེ་བའོད་དཔར་སྤྱན་གྱི་སྐབས་སུ་ཁོ་  
 བོ་འདུ་འཛིན་བྲེལ་བས་ཞིབ་དཔུང་བྲུས་ཁོམ་མ་རག་པས་ལྷག་ཆད་འགལ་  
 འབྲེལ་ཅི་མཆིས་ཀྱི་ཆེན་མོག་པ་པོ་ནམས་ལ་མཐོལ་བཤག་ཞུས། གུང་རི་  
 རྒྱ་བྱང་གིས་རྒྱ་མོན་སྤྱུར་ཏེ་སྤྱི་ལོ་༡༠༠༡་རྒྱ་ཡུ་པའི་ཆོས་ཀྱི་ལ་དཔར་སྤྱན་  
 ཞུས་པའོ།

# དཀར་ཆག

- ༡ རྒྱལ་མེས་དོན་ཀྱན་གསལ་པའི་སྒྲིན་མེ། ..... (༡)
- ༢ རྒྱལ་པོ་བཀག་པའི་མཆན་འགྲེལ། ..... (༥༣)
- ༣ རྒྱལ་པོ་མཆན་འགྲེལ་སྒྲོ་གསར་རེ་སྒྲིང་། ..... (༥༤)
- ༤ ལམ་སྒྲིན་འགྲེལ་མཆན་གཞིན་ཅུ་དགེས་པའི་དགའ་སྒྲིན། ..... (༤༥)
- ༥ ཤར་འགྲེལ་ལུན་སེལ་སྒྲིན་མེ། ..... (༡༣༢)
- ༦ སྒྲོལ་མཆན་པད་དཀར་མངོས་པའི་དོ་ཤལ། ..... (༡༤༤)
- ༧ སྒྲོལ་པ་སྒྲོད་ལྟ་མོ་ལ་གུས་མཆན་བྱ། ..... (༡༦༩)
- ༨ འཇིགས་རྒྱལ་པོ་རྒྱལ་གསེར་གྱི་ཐེང་བ། ..... (༡༧༣)
- ༩ སྒྲོལ་པ་སྒྲོད་ཡན་ལག་བདུན་པའི་མཆན་བྱ། ..... (༡༩༠)
- ༡༠ གང་སྒྲོ་མའི་མཆན་འགྲེལ་དབྱིད་ཀྱི་མེ་ཉ། ..... (༡༩༤)
- ༡༡ མ་ཁིའི་ཡན་ཡོན་ཀྱི་མཆོད་ཚུ་ཐེགས། ..... (༡༩༩)
- ༡༢ རིས་མེད་བསྟན་པ་རྒྱས་པའི་སྒྲིན་ལམ། ..... (༢༠༩)
- ༡༣ དང་སྒྲིང་དགེས་པའི་སྒྲིན་ལམ། ..... (༢༡༣)
- ༡༤ བསམ་གཞིགས་མ་བཅོས་སྒྲིན་པའི་རྒྱལ་ལྷ། ..... (༢༡༦)
- ༡༥ རྩ་མའི་བཀའ་དྲིན་དྲན་པའི་མགུར། ..... (༢༢༠)
- ༡༦ ཞལ་གདམས་ཁྲ་བྱུག་སྒྲིན་མོའི་དགེས་ལྷ། ..... (༢༢༣)
- ༡༧ ཐོངས་པའི་ལམ་ལ་འཇུག་པའི་ཀ་ཐེང་། ..... (༢༣༤)
- ༡༨ ཀ་འཕྲིན་རིག་པའི་ཐོག་མདའ། ..... (༢༣༥)
- ༡༩ ལྟ་སྒྲིང་སྒྲིན་ཀྱན་བཀྲ་པའི་ཀ་བཤད། ..... (༢༤༣)
- ༢༠ རྒྱལ་པོ་ལག་པད་དཀར་རྒྱན་པོ། ..... (༢༤༥)

- ༣༡ གངས་རྒྱངས་མིའི་བྱད་ཆོས། ..... ( ༣༥༡ )  
 ༣༢ མི་ལམ་མང་པོའི་དན་ཐུ་དར་གྱི་མདུད་པ། ..... ( ༣༥༩ )  
 ༣༣ བརྟེན་མི་སྲིད་པའི་རྒྱངས་ཁྲག་གི་འཕྲིན་ལིག། ..... ( ༣༦༠ )  
 ༣༤ པར་བྱང་སྒྲིན་ཆོག། ..... ( ༣༦༩ )  
 ༣༥ རྩམ་པ་པོའི་མང་ད་རྣམ་མདོར་བསྟུས། ..... ( ༣༦༩ )  
 ༣༦ གྲང་རི་ལེགས་བཤད་ཀྱི་མཆོའི་མང་ད་རྣམ་མདོར་བསྟུས། ..... ( ༣༧༡ )

## ༡༡། །སྐབས་སེམས་དོན་ཀུན་གསལ་པའི་སྒྲིན་མེ།

མཆོད་པོས་བསོད་ནམས་སྒྲིང་ལས་ལེགས་འབྱུངས་གསེར་གྱི་འོད་མངའ་མངེས་  
པའི་སྒྲི། །

གང་གི་སྒྲིན་འདེབས་སྒྲི་དབྱངས་ཐོས་པས་གདུང་བ་ཀུན་སེལ་འིན་ཆེན་གསུང་། །

ཆོ་བོས་ལུན་ཆོག་སེམས་མང་ད་རྒྱ་དབྱེད་མཁུན་དང་བཅེ་བའི་བྱམས་པའི་ཐུགས། །

སྤྲོད་གསུམ་འདྲེན་པ་ཟས་གཙང་སྤྲུལ་མཐོན་མཐོན་མེད་བདག་ཉིད་རྟག་ཏུ་སྒྲིངས། །

དེ་མེད་བརྟན་པའི་རྒྱལ་མཆོན་སྒྲིང་མང་ད་རྩ་བཅས་འགྲོ་བའི་མཐོན། །

རིག་གཞུང་མཆོ་སྤྲུལ་ཆོས་ཏུ་དགའ་བའི་གདུལ་བྱ་བྱང་བ་ལ། །

ལེགས་བཤད་སྒྲིང་ཅི་འདྲ་འཁོར་མ་ལུས་ཀུན་བྱིན་ཆོས་ཀྱི་ཇེ། །

བཤེས་གཉེན་བཅུ་ཕྲག་གཅིག་ལྟག་ཞབས་རྩལ་བདག་གིས་སྤྱོད་ས་ལེན། །

ནམ་དག་དྲིན་ཆེན་ཆོས་སྒྲིང་དགེ་བའི་བཤེས། །

ནམ་ཀུན་བཅེ་བས་གདམས་པའི་དགོངས་དོན་བཞིན། །

ནམ་པར་དཀར་བའི་སྐབས་སེམས་དོན་བརྟན་ཅམ། །

ནམ་མང་གཞུང་ལས་སྒྲངས་ཏེ་འདིར་བཤད་བྱ། །

དེ་ཡང་ཐར་པ་དོན་གཉེར་གྱི་འདུན་པ་དང་ལྡན་པའི་མཆོག་དམན་སུ་འདྲ་  
 ཞིག་ཡིན་རུང་ཐར་པའི་རྒྱ་ཚོགས་གཉིས་ཀྱི་བསོད་ནམས་ནོར་བུ་དགོས་འདོད་  
 ཀྱན་འབྱུང་འདི། བསལས་པའི་བང་མཛོད་དུ་འཇུག་སྒོ་ཐོག་མར་བྱ་བ་སྐྱབས་  
 འགོ་དང་སེམས་བསྐྱེད། བར་དུ་བྱ་བ་ཚོགས་གཉིས་གང་རུང་གིས་བརྒྱས་  
 པའི་དགེ་བའི་དངོས་པོ་ཀྱན་ལ་འཇུག་པར་བྱ། མཐའ་མར་བྱ་བ་དགེ་བའི་  
 དངོས་པོ་ཅི་བསལས་པ་ཐམས་ཅད་སྒྲན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་གོ་འཕང་ལ་  
 དམིགས་ཏེ་བརྩོ་སྒྲན་གྱི་སྒོ་ལྷགས་བདབ་ནས་ཉོན་མོངས་རྒྱུན་རྒྱུན་པ་  
 དེ་ཉིད་སྒོ་ནང་དུ་མི་གཏོང་བའི་ཐབས་ལ་བརྩོན་པར་བྱ། འོ་ན་ཐོག་མར་  
 བྱ་བ་སྐྱབས་སེམས་གཉིས་པོ་ཅི་འདྲ་ཞིག་ལ་འཛོག་སྐྱམ་ན། འདིར་ནམ་  
 གཞག་འཆད་པ་ལ་གཉིས། སྐྱབས་འགོ་དང་སེམས་བསྐྱེད་དོ། །དང་པོ་  
 ལ་དབྱེ་ན་གཉིས། ཐེག་དམན་གྱི་འདོད་ཚུལ་དང་། ཐེག་ཆེན་པའི་ལྷགས་  
 ནམ་པར་གཞག་པའོ། །དང་པོ་ནི། ཉན་ཐོས་སྡེ་གཉིས་ལྷགས་ལ་སངས་  
 རྒྱུས་ལ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་མི་འདོད། བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་དེ་རྗེ་གདན་  
 དུ་སངས་རྒྱུས་པའི་ཚུལ་བཞེས་པ་མི་འདོད་པར་སངས་རྒྱུས་མཚན་ཉིད་པར་  
 འདོད་དོ། །ཆོས་ཀྱང་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་མི་འདོད་པར་ཐེག་དམན་གྱི་ཆོས་འཁོར་  
 མོ་དང་པོ་མན་ཆད་དང་། འདུལ་བའི་ལྷགས་རི་བཞིན་འདོད། དགེ་འདུན་  
 ཡང་བྱང་སེམས་འཕགས་པ་སོགས་མི་འདོད་པར་ཉན་ཐོས་པའི་དགེ་འདུན་  
 ཁོན་བཞེད་དོ། །འདི་མཚོན་ཅམ་ཡིན་ལ། ཞིབ་པར་འདོད་ན་འཇམ་

མགོན་ཐུང་མའི་བྱེད་པ་དགོངས་གསལ་དང་། རྗེ་སྐུ་པོ་པའི་ཐར་པ་རིན་  
 པོ་ཆེའི་རྒྱན་དང་། རྗེ་སྐོ་བཟང་གྲགས་པའི་ལམ་རིམ་སོགས་གཞུང་ཆེན་  
 དག་ལ་གཟིགས་པར་འཆོལ། གཉིས་པ་ཐེག་ཆེན་པའི་ལུགས་བཤད་པ་ལ་  
 གཉིས། སྐབས་ཡུལ་གྱི་རྣམ་གཞག་དང་། སྐབས་འགྲོའི་རྣམ་གཞག་བཤད་  
 པའོ། །དང་པོ་ལ་དབྱེ་ན་ཨ། སྐབས་ཡུལ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་འཛོག་  
 ཚུལ། སྐབས་གསུམ་གྱི་ངོ་པོ། ཀུན་རྗེ་བ་དང་དོན་དམ་པའི་སྐབས་ཀྱི་ཁྱད་  
 པར། རྒྱ་སྐབས་དང་འབྲས་སྐབས་ཀྱི་ཁྱད་པར། སྒྲ་དོན། དང་པོ་ནི།  
 གདུལ་བྱ་ཐེག་ཆེན་རིགས་ཅན་རྣམས་གཙོ་བོ་སངས་རྒྱས་ལ་མཆོག་ཏུ་བྱ་  
 བ་བྱེད་པར་མོས་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་སངས་རྒྱས་དཀོན་མཆོག་འཛོག་  
 གདུལ་བྱ་རང་རྒྱལ་རྣམས་ཀྱིས་ཆོས་ལ་མཆོག་ཏུ་བྱ་བ་བྱེད་པར་མོས་པའི་  
 དབང་དུ་བྱས་ནས་ཆོས་དཀོན་མཆོག་ཏུ་འཛོག་ གདུལ་བྱ་ཉན་ཐོས་  
 རྣམས་ཀྱིས་དགེ་འདུན་ལ་མཆོག་ཏུ་བྱ་བ་བྱེད་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་དགེ་  
 འདུན་དཀོན་མཆོག་ཏུ་འཛོག་ དེ་ལྟར་ཡིན་ཏེ། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་རྒྱུད་ཐུང་  
 མ་ལས།

སྟོན་པ་བསྟན་པ་སྟོབ་དོན་གྱིས། །

ཐེག་པ་གསུམ་དང་བྱེད་གསུམ་དང་། །

མོས་པ་རྣམས་ཀྱི་དབང་བྱས་ནས། །

སྐབས་གསུམ་རྣམ་པར་བཞག་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུང་པའི་

ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་སྐྱབས་གསུམ་གྱི་དོ་བོ་ལ་དབྱེན་གསུམ་ཡོད་དེ། །སངས་  
རྒྱུ་དཀོན་མཆོག་ཆོས་དཀོན་མཆོག་དགེ་འདུན་དཀོན་མཆོག་གོ། །དང་  
པོ་སངས་རྒྱུ་དཀོན་མཆོག་འཆད་པ་ལ་གསུམ། མཚན་ཉིད། ཡོན་ཏན།  
དབྱེ་བཤོ། དང་པོ་ནི། སྤངས་རྟོགས་མཐར་ཕྱིན་པའི་སྐྱབས་གནས་མཐར་  
ཐུག་སངས་རྒྱུ་དཀོན་མཆོག་གི་མཚན་ཉིད། མཚན་གཞི། བདག་ཅག་  
གི་སྟོན་པ་བཀའ་དྲིན་ཅན་ལྟ་བུའོ། །གཉིས་པ་ནི། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་རྒྱུད་  
ཐུ་མ་ལས།

འདུས་མ་བྱས་ཤིང་ལྷན་གྱིས་གྲུབ། །

གཞན་གྱི་རྒྱུན་གྱིས་རྟོག་མིན་པ། །

མཁྱེན་དང་བརྩེ་དང་རྣམ་པར་ལྡན། །

དོན་གཉིས་ལྡན་པའི་སངས་རྒྱུ་ཉིད། །

ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། རྒྱ་རྒྱུན་གྱིས་འདུས་མ་བྱས་པའི་རང་བཞིན་  
གྱིས་དྲི་མ་དག་པའི་ཡོན་ཏན། རྫོ་བུར་དྲི་མ་སྒྲིབ་གཉིས་བག་ཆགས་དང་  
བཅས་པ་ཉེ་བར་ཞི་བའི་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པའི་ཡོན་ཏན། རྫོང་བྱེད་གྱི་སྒྲ་དང་  
རྟོག་པའི་རྒྱུན་ཅམ་གྱིས་རྟོགས་མི་རྣམས་པའི་ཡོན་ཏན་གསུམ། དེ་ལ་རང་  
དོན་གྱི་ཡོན་ཏན་ཞེས་བཤྲོད་དོ། །རི་ལྷ་རི་རྩེད་མཁྱེན་པའི་ཡོན་ཏན། དམིགས་  
པ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་དམིགས་ནས་ནམ་པ་དེའི་རྣལ་བསྟུན་བྱལ་འདོད་

གྱི་བརྟེ་བའི་ཡིན་ཏན། རྣམས་བཞིའི་སྣོན་ས་སྐྱབ་པའི་རྒྱས་པ་དང་ལྡན་པའི་  
 ཡིན་ཏན་གསུམ་ལ་གཞན་དོན་གྱི་ཡིན་ཏན་ཞེས་བཟྍ་དང་། དཔྱེ་གཞི་རང་  
 དོན་ཡུན་ཚེགས་དང་། གཞན་དོན་ཡུན་ཚེགས་གཉིས་ཏེ་བརྒྱད་པོ་དེ་ནི།  
 སངས་རྒྱས་དཀོན་མཆོག་གི་ཡིན་ཏན་ཡིན་ལ། དེ་ལྟ་བུའི་ཡིན་ཏན་སངས་  
 རྒྱས་ཁོ་ན་ལས་གཞན་ལ་མངའ་བ་དཀའོ། ། གསུམ་པ་དཔྱེ་བ་ལ་གཉིས།  
 གཟུགས་སྐྱད་ཆོས་སྐྱགཉིས། དང་པོ་གཟུགས་སྐྱལ་དཔྱེན་གཉིས། ལོངས་  
 སྐྱད་སྐྱལ་སྐྱའོ། ། དང་པོ་ལོངས་སྐྱའི། ཐ་མལ་བའི་མངོན་སུམ་གྱི་སྤྱད་  
 ཡུལ་མ་ཡིན་པ་སྤྱབ་ཡེ་ཤེས་གྱི་སྐྱུ་ཅན། དེས་པ་ལྟ་དང་ལྡན་པ་ཞིག་ཡིན་  
 ཏེ། མཚན་དེས་པ་མཚན་བཟང་སུམ་རུ་ཅ་གཉིས་དང་དཔེ་བྱད་བཟང་པོ་  
 བརྒྱད་རྩ་སྟུག་པ། གནས་དེས་པ་འོག་མིན་ཁོ་ན་ལ་བཞུགས་པ། འཁོར་  
 དེས་པ་བྱང་སེམས་འཕགས་པ་ག་སྟག་གིས་བསྐྱར་བ། ཆོས་དེས་པ་ཐེག་  
 པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་འབའ་ཞིག་གསུང་པ། རྩ་དེས་པ་འཁོར་བ་ཇི་སྤྱད་མ་  
 རྟོང་བར་ཟུང་ན་ལས་འདའ་བའི་ཚུལ་མི་སྟོན་པར་བཞུགས་པ། དེ་འདྲའི་  
 དེས་པ་ལྟ་ལྟ་གྱི་ལོངས་སྐྱེད་འོ་སྐྱགས་ལྟ་གསུང་ཐུགས་གྱི་མཛད་པ་རྒྱན་མི་ཆད་  
 པ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། རྒྱལ་བ་བུམས་པས།

བཟྍ་དང་བསྟོད་མཛད་རྒྱན་མི་ཆད་དང་། །

མངོན་པར་འདུ་བྱེད་མེད་པ་དང་། །

དེ་ཡི་ངོ་པོར་མི་སྟོན་པ། །



འདིར་ནི་སྒྲ་ཚོགས་སྒྲ་བར་བཟོད། །ཅེས་གསུངས་པའི་

ཕྱིར་རོ། །

ངེས་པ་ལྟ་ལྟ་གི་གཟུགས་སྒྲ། ཡོངས་སྒྲིའི་མཚན་ཉིད། གཉིས་  
པ་སྒྲལ་སྒྲལ་དབྱེན་གསུམ་ཡོད་དེ། མཚོག་གི་སྒྲལ་སྒྲ། བཟོ་བའི་སྒྲལ་  
སྒྲ། རྒྱུ་བའི་སྒྲལ་སྒྲའོ། །དང་པོ་ནི། མཛད་པ་བརྒྱ་གཉིས་ཀྱི་ཚུལ་སྟོན་  
པའི་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་བཀའ་དྲིན་ཅན་ལྟ་བུའོ། །སྟོན་མཚོག་ཐུབ་པའི་  
དབང་པོ་འདི་ནི་སྒྲིའི་མཛོན་སུམ་གྱི་སྒྲིད་ཡུལ་ལྟ་བུ་ཞིག་དུ་སྒྲུང་མོད། དོན་  
ལ་གསང་བ་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བའི་ཚུལ་མདོ་རྒྱད་དག་ལ་བརྟམས་ན་ཤེས།  
གཉིས་པ་ནི། བཟོ་བའི་རྒྱལ་པོ་བེ་ཤུ་ཀམ་ལྟ་བུའོ། །དྲི་རྩེ་གདན་ནས་སྒྲུན་  
དངས་པའི་ལྟ་སའི་རྩོམ་བཞེད་པ་པོ་དེ་ཡང་བཟོ་བའི་རྒྱལ་པོ་བེ་ཤུ་ཀམ་འི་སྒྲལ་  
བ་ཡིན་པར་གྲགས་སོ། །གསུམ་པ་ནི། ལྟ་ཡུལ་དགའ་ལྡན་དུ་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་  
ལོ་བསྐྱོར་ནས་བཞུགས་པའི་ལྟ་བུ་དམ་པ་ཏོག་དཀར་བ་ལྟ་བུའོ། །ངེས་  
པ་ལྟ་དང་མི་ལྟ་ན་པའི་གཟུགས་སྒྲ་མཐར་ཐུག་སྒྲལ་སྒྲིའི་མཚན་ཉིད། གཉིས་  
པ་ཆོས་སྒྲལ་དབྱེན་གཉིས། རྒྱངས་པ་རོ་བོ་ཉིད་སྒྲ། ཉོགས་པ་ཡེ་ཤེས་  
ཆོས་སྒྲའོ། །དང་པོ་ལ་དབྱེན་གཉིས། རང་བཞིན་རྣམ་དག་གི་ཆར་གྱུར་  
པའི་རོ་བོ་ཉིད་སྒྲ། རྒྱ་བུར་རྣམ་དག་གི་ཆར་གྱུར་པའི་རོ་བོ་ཉིད་སྒྲའོ། །དང་  
པོ་ནི། དེ་འདྲ་བའི་སྒྲ་དེ་ལ་གཞལ་དུ་མེད་པའི་ཡོན་ཏན། རྒྱངས་མེད་པའི་  
ཡོན་ཏན། བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བའི་ཡོན་ཏན། མི་མཉམ་པའི་ཡོན་ཏན།

སྒྲིབ་གཉིས་སྤངས་པའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྷ་ཡོད་དེ། ཇི་སྐད་དུ། རྒྱལ་བ་བྱམས་  
པས།

གཞལ་མེད་གངས་མེད་བསམ་མེད་དང་། །

མཉམ་མེད་དག་པའི་མཐར་ཐུག་པ། །

ཡོན་ཏན་རྣམས་དང་ཡང་དག་པར། །

ང་ཅི་ཉིད་ཀྱི་སྐྱེ་ལྡན་དེ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་རྟོགས་པ་ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐྱེད་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་  
པའི་ཡེ་ཤེས་གཉིས་དོན་གཅིག་གོ། །སྐྱེ་ལྡན་སྐྱེ་བཞི་སོགས་འདོད་ཚུལ་  
མང་མོད། བརྩམས་ན་ཆོས་གཟུགས་ཀྱི་སྐྱེ་གཉིས་སུ་བརྩམས་ཚུལ་ཤེས་དགོས་  
སོ། དེ་འདྲའི་གཟུགས་སྐྱེ་གཉིས་གཅི་བོ་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཆོགས་ལས་འབྲུངས་  
ཤིང་། ཆོས་སྐྱེ་གཉིས་གཅི་བོ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོགས་ལས་འབྲུངས་ཏེ། དཔལ་  
ལྡན་རྒྱ་བ་གྲགས་པས།

སངས་རྒྱལ་རྣམས་ཀྱི་གཟུགས་ཀྱི་སྐྱེ། །

བསོད་ནམས་ཆོགས་ལས་འབྲུངས་པ་སྟེ། །

ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་དེ་མདོར་བརྩམས་ན། །

རྒྱལ་བ་ཡེ་ཤེས་ཆོགས་ལས་འབྲུངས། །ཞེས་གསུངས་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །

སངས་རྒྱལ་དཀོན་མཆོག་གི་སྐོར་རགས་ཅོམ་ཞུས་པ་ལགས་སོ།

|ཞིབ་པར་འདོད་ན་གཞུང་གཞན་ལ་གཞིགས་པར་འཆལ། གཉིས་པ་ཆོས་  
 དཀོན་མཆོག་འཆད་པ་ལ་གསུམ་ཡོད་དེ། མཚན་ཉིད། ཡོན་ཏན། དབྱེ་  
 བཤོ། དང་པོ་ནི། འགོག་ལམ་གང་རུང་གིས་བསྐྱུས་པའི་ནམ་དཀར་གྱི་  
 ཡོན་ཏན། ཆོས་དཀོན་མཆོག་གི་མཚན་ཉིད། མཚན་གཞི། སངས་རྒྱས་  
 འོད་སྤང་རྒྱུད་ཀྱི་ནམ་མཁུན་ལྟ་བུའོ། |གཉིས་པ་ནི། རྟོག་གའི་སྒྲོ་ཡིས་  
 མཐའ་བཞི་ལ་བསམ་ཏུ་མེད་པའི་ཡོན་ཏན། ལས་ཉོན་གཉིས་ཅི་རིགས་མེད་  
 པའི་ཡོན་ཏན། ཚུལ་མིན་ཡིད་བྱེད་ཀྱི་ནམ་རྟོག་མེད་པའི་ཡོན་ཏན་དང་གསུམ་  
 པོ་ལ་འགོག་བདེན་གྱིས་བསྐྱུས་པའི་ཡོན་ཏན་ཞེས་བཞི་དང་། རང་གི་ངོ་པོ་  
 དང་འཛིན་སྐྱངས་ལ་བྲི་མའི་སྒྲུབ་པ་མ་ཞུགས་པ་དག་པའི་ཡོན་ཏན། སེམས་  
 ཀྱི་གནས་ལུགས་རྟོགས་པ་གསལ་པའི་ཡོན་ཏན། མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཀྱི་གཉེན་  
 པོ་འདུལ་འཇོམས་བྱེད་པའི་ཡོན་ཏན་དང་གསུམ་པོ་ལ་ལམ་བདེན་གྱིས་བསྐྱུས་  
 པའི་ཡོན་ཏན་ཞེས་བཞི་དང་། གང་ཞིག་ཆགས་པ་དང་བྲལ་བ་འགོག་བདེན་  
 གྱི་ཡོན་ཏན་དང་། གང་གིས་ཆགས་པ་བྲལ་བྱེད་ལམ་བདེན་གྱི་ཡོན་ཏན་  
 གཉིས་ཏེ། བརྒྱད་དང་ལྔ་ན་ཏེ། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་རྒྱུད་སྒྲུབ་ལས།

བསམ་མེད་གཉིས་མེད་རྟོགས་མེད་དང་། |

དག་གསལ་གཉེན་པོའི་ཕྱོགས་གཉིས་ཀྱིས། |

གང་ཞིག་གང་གིས་ཆགས་བྲལ་བ། |

བདེན་གཉིས་མཚན་ཉིད་ཅན་དེ་ཆོས། |ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ།|

གསུམ་པ། དགེ་འདུན་དགོན་མཆོག་འཆད་པ་ལ་གསུམ་ཡོད་དེ།  
 མཚན་ཉིད། ཡོན་ཏན། དབྱེ་བའོ། །དང་པོ་ནི། རིག་གྲོལ་གྱི་ཡོན་ཏན་  
 བརྒྱད་པོ་གང་རུང་དང་ལྡན་པའི་འཕགས་པའི་གང་ཟག་ དགེ་འདུན་དགོན་  
 མཆོག་གི་མཚན་ཉིད། མཚན་གཞི་ནི། ས་དང་པོ་ལ་གནས་པའི་འཕགས་  
 པའི་གང་ཟག་ལྟ་བུའོ། ། གཉིས་པ་ནི། ཇི་ལྟ་བུ་རིག་པ། ཇི་སྟེད་པ་རིག་  
 པ། སོ་སོ་རང་རིག་པ་དང་བཅས་པའི་ཡོན་ཏན་གསུམ། ཆགས་སོགས་  
 ཉོན་མོངས་པའི་སྐྱབ་པ་ལས་གྲོལ་བའི་ཡོན་ཏན། ཐོགས་སྐྱབ་ལས་གྲོལ་བའི་  
 ཡོན་ཏན། དམན་སྐྱབ་ལས་གྲོལ་བའི་ཡོན་ཏན་དང་གསུམ། བྱད་གཞི་  
 རིག་པ་དང་། གྲོལ་བའི་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་དང་ལྡན་ཏེ། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་རྒྱུད་  
 གླ་མ་ལས།

ཇི་ལྟ་ཇི་སྟེད་ནང་གི་ནི། །

ཡེ་ཤེས་གཟིགས་པ་དག་པའི་ཕྱིར། །

སྒོ་ལྡན་ཕྱིར་མི་ལྡོག་པའི་ཆོགས། །

སྒྲ་མེད་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་ཉིད། །ཅེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་

རོ། །

གསུམ་པ་དེ་ལ་དབྱེ་ན་གཉིས། ཀུན་རྫོབ་པའི་དགེ་འདུན་དགོན་  
 མཆོག་དང་། རོན་དམ་པའི་དགེ་འདུན་དགོན་མཆོག་གོ། །དང་པོ་ལ་སྐྱས་

བཤོད་རིགས་ཀྱི་སྒྲུབ་སྐྱོང་གཉིས་ཏེ། སྤྱི་ལོ་དགེ་འདུན་རྣམས་དང་།  
ལམ་ཁྱེད་ཀྱི་འཕགས་པའོ། དང་པོ་ནི། སྤྱི་ལོ་ཁྱེད་ཀྱི་འཕགས་དང་ཐར་པ་  
དོན་གཉེར་ལྡན་པའི་རབ་བྱུང་བཞི་ཡན་ཆད་རྣམས་ལ་འཛིན་དགོས་སོ།  
གཉིས་པ་ནི། སྒྲུབ་པ་འཕགས་པ་རྣམས་སོ། དེ་དག་ཀྱན་རྩོམ་པའི་སྐབས་  
ཡིན་ཏེ། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་རྒྱུད་བླ་མ་ལས།

ཆོས་རྣམ་གཉིས་དང་འཕགས་པའི་ཆོགས། །

གཏན་གྱི་སྐབས་མཆོག་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་སོ།

དེ་དག་ཅིའི་ཕྱིར་གཏན་གྱི་སྐབས་མ་ཡིན་ཞེ་ན། ལུང་གི་བསྟན་  
པ་ཆོས་ཅན། གཏན་གྱི་སྐབས་མ་ཡིན་ཏེ། དོན་དམ་པ་རྟོགས་པའི་ཆོག་ཟིངས་  
ལྟར་སྤང་བར་བྱ་བའི་རིགས་སུ་གནས་པའི་ཕྱིར། བྱང་སེམས་འཕགས་  
པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ལམ་བཤོད་ཆོས་ཅན། གཏན་གྱི་སྐབས་མ་ཡིན་ཏེ། མ་རིག་  
བག་ཆགས་ཀྱིས་བསྐྱུ་བའི་ཆོས་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་  
པ་ཆོས་ཅན། གཏན་གྱི་སྐབས་མ་ཡིན་ཏེ། མར་མེ་གི་བ་ལྟར་རྒྱན་ཆད་  
པའི་ཕྱིར། ས་གཉིས་པ་ལ་གནས་པའི་བྱང་འཕགས་པ་ཆོས་ཅན། གཏན་  
གྱི་སྐབས་མ་ཡིན་ཏེ། ཤེས་སྒྲིབ་ཀྱི་འཛིན་པ་དང་བཅས་པའི་ཕྱིར། དེ་  
ལྟར་ཡང་རྒྱུད་བླ་མ་ལས།

སྤང་ཕྱིར་བསྐྱུ་བའི་ཆོས་ཅན་ཕྱིར། །

མེད་ཕྱིར་འཛིན་པ་དང་བཅས་པའི་ཕྱིར། །

ཆོས་ནམ་གཉིས་དང་འཕགས་པའི་ཆོགས། །

གཏན་གྱི་སྐབས་མཆོག་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །

ལམ་གྱི་བཀོད་པ་མཐར་མ་ཕྱིན་པའི་སྐབས་གནས། ཀུན་རྫོབ་པའི་  
སྐབས་ཀྱི་མཚན་ཉིད། མཚན་གཞི་ནི། ས་དང་པོ་ལ་ཞུགས་པའི་བྱང་མེས་ས་  
འཕགས་པ་ལྟ་བུའོ། །གཉིས་པ་དོན་དམ་པའི་དགེ་འདུན་དཀོན་མཆོག་ནི།  
བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་ཤུག་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ལྟ་བུ་སངས་རྒྱུས་འཕགས་པ་ཁོ་ན་ཡིན་  
དགོས་ཏེ། འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་ཀྱི་ཞལ་ནས། དམ་པའི་སྐབས་ནི་གཅིག་  
ཉིད་དུ། འདི་ལྟ་སྟེ། དེ་བཞིན་གསེགས་པ་དག་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་  
རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱུས་སྟོན་ཞེས་དང་། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་རྒྱུད་བླ་མ་ལས།  
དམ་པའི་དོན་དུ་འགྲོ་བ་ཡི། །

སྐབས་ནི་སངས་རྒྱུས་ཉག་གཅིག་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །

ལམ་གྱི་བཀོད་པ་མཐར་ཕྱིན་པའི་གང་ཟག་ དོན་དམ་པའི་དགེ་  
འདུན་དཀོན་མཆོག་གི་མཚན་ཉིད། མཚན་གཞི་ནི། སངས་རྒྱུས་འོད་  
སྤང་ལྟ་བུའོ། །རྗེ་སྐམ་པོ་པས་སྐབས་གསུམ་ནམ་པར་བཞག་པ་འདི་ནི།  
བཅོམ་ཞུན་འདས་ཀྱིས་ཀུན་རྫོབ་ཅམ་དུ་འཛོག་ཅིང་དོན་དམ་པའི་སྐབས་  
ནི་སངས་རྒྱུས་ཁོ་ན་བཞེད་པའི་ཚུལ་གསུངས་སོ། །མཁས་དབང་ཁ་ཅིག་

གིས་དགེ་འདུན་དཀོན་མཆོག་ཡིན་ན། ཀུན་རྫོབ་པའི་དགེ་འདུན་དཀོན་  
 མཆོག་ཡིན་པས་བྱམ་ཅེས་གསུངས་པའང་སྤང་། ཁ་ཅིག་གིས་དོན་དམ་  
 པའི་དགེ་འདུན་དཀོན་མཆོག་ཡིན་ན། ལམ་བཤེན་ཡིན་པས་བྱམ་པ་སོགས་  
 གསུང་ཚུ་ལ་མི་མཐུན་པ་མང་བ་ཞིག་སྤང་མོད་ཀྱི་འདིར་མ་བཀོད། རང་  
 ལྷགས་ནི་འདི་གཉིས་ཀ་ལེགས་ཆོས་སུ་མ་མཛོང་བའི་ཕྱིར་རོ། སངས་རྒྱས་  
 དཀོན་མཆོག་དང་དགེ་འདུན་དཀོན་མཆོག་གཉིས་ལ་བྱད་པར་ཅི་ཡོད་སྟུང་  
 ན། བྱད་པར་སུ་བཞི་ཡོད་དེ། སངས་རྒྱས་དཀོན་མཆོག་ཡིན་ན། དགེ་  
 འདུན་དཀོན་མཆོག་ཡིན་པས་མ་བྱམ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་  
 འགོག་བཤེན་ཆོས་ཅན། དགེ་འདུན་དཀོན་མཆོག་ཡིན་ན། སངས་རྒྱས་  
 དཀོན་མཆོག་ཡིན་པས་མ་བྱམ། བྱད་འཕགས་ས་དང་པོ་བ་ཆོས་ཅན།  
 གཉིས་ཀ་ཡིན་པ། རྟོན་པ་གྲུའི་རྒྱལ་པོ་ཆོས་ཅན། གཉིས་ཀ་མིན་པའི་  
 ཟུ། བདུད་ལྗས་བྱིན་ཆོས་ཅན། སངས་རྒྱས་དཀོན་མཆོག་དང་ཆོས་དཀོན་  
 མཆོག་ལ་སུ་བཞི་ཡོད། སངས་རྒྱས་དཀོན་མཆོག་ཡིན་ན། ཆོས་དཀོན་  
 མཆོག་ཡིན་པས་མ་བྱམ། སངས་རྒྱས་འོད་སྤང་ཆོས་ཅན། ཆོས་དཀོན་  
 མཆོག་ཡིན་ན། སངས་རྒྱས་དཀོན་མཆོག་ཡིན་པས་མ་བྱམ། བྱད་འཕགས་  
 ས་གསུམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ལམ་བཤེན་ཆོས་ཅན། གཉིས་ཀ་ཡིན་པའི་ཟུ། རྣམ་  
 མཁྱེན་ཆོས་ཅན། གཉིས་ཀ་མིན་པའི་ཟུ། སོ་སོ་སྒྲུབ་ཆོས་ཅན། ཆོས་  
 དཀོན་མཆོག་དང་དགེ་འདུན་དཀོན་མཆོག་གཉིས་འགལ་བ་ཡིན་ཚུ་ལ་དེ་

གཉིས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ལ་དབྱུང་ན་ཤེས། བཞི་པ་རྒྱུ་ལྟེ་སྐྱབས་དང་འབྲས་བུའི་  
 སྐྱབས་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། གང་ཟག་རང་གི་རིགས་རྒྱན་རྣམས་ཐ་དང་  
 པའི་སྐྱབས་གནས་སངས་རྒྱས་འོད་སྤྲུང་ལྟ་བུ་ཡིན། གཉིས་པ་རང་གི་རིགས་  
 རྒྱན་མ་འོངས་པར་ཐོབ་བྱུང་འགྱུར་པའི་སངས་རྒྱས་ལྟ་བུ་དེ་ནི་འབྲས་སྐྱབས་  
 ཡིན་པ་ཤེས་དགོས། ལྷ་པ་སྤྱོད་ནི། རི་སྐད་དུ། རྒྱུ་མ་མ་ལས།

འབྱུང་བ་དགོན་ཕྱིར་བྱི་མེད་ཕྱིར། །

མཐུ་ལྷན་ཕྱིར་དང་འཇིག་རྟེན་གྱི། །

རྒྱན་གྱུར་ཕྱིར་དང་མཆོག་ཉིད་ཕྱིར། །

འགྱུར་བ་མེད་ཕྱིར་དགོན་མཆོག་ཉིད།

ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། རོན་དམ་པའི་དགོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་སྤྱོད་  
 རོན་བྱུང་ཚུལ་དེ་ཡང་། རྟགས་བདུན་གྱི་སྒོ་ནས་སྤྱོད་པ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། དགོན་  
 མཆོག་ཆོས་ཅན། འཇིག་རྟེན་ན་བྱུང་བ་དགོན་ཏེ། རོན་བྱུང་གོས་འདོད་  
 གུན་འབྱུང་འཇིག་རྟེན་ན་བྱུང་བ་དགོན་པ་དང་མཚུངས་པའི་ཕྱིར། དགོན་  
 མཆོག་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ལ་ཉེས་པའི་བྱི་མ་མེད་དེ། རོན་བྱུང་གཡའ་དུག་  
 མེད་པ་དང་མཚུངས་པའི་ཕྱིར། དགོན་མཆོག་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་གདུལ་  
 བུའི་སྤྱུག་བསྐལ་མེལ་པའི་མཐུ་རྒྱས་དང་ལྷན་ཏེ། རོན་བྱུང་དབུལ་བ་མེལ་  
 པའི་མཐུ་ལྷན་པ་དང་མཚུངས་པའི་ཕྱིར། དགོན་མཆོག་ཆོས་ཅན། ཐར་  
 པ་དོན་གཉེར་ནམས་ཀྱི་སྐྱབས་གཙོ་བོ་ཡིན་ཏེ། རོན་བྱུང་འཇིག་རྟེན་གྱི་དོན་



གཙོ་བོ་ཡིན་པ་དང་མཚུངས་པའི་ཕྱིར། དཀོན་མཆོག་ཆོས་ཅན། གདུལ་  
 བྱ་རྣམས་ཀྱི་ཀྱན་མཆོག་ཏུ་གྱུར་ཏེ། རྣམ་པ་འཛིན་ཏེན་གྱི་ཀྱན་ཡིན་པ་དང་  
 མཚུངས་པའི་ཕྱིར། དཀོན་མཆོག་ཆོས་ཅན། ཐར་འདོད་རྣམས་ཀྱི་སྐྱབས་  
 མཆོག་ཡིན་ཏེ། རྣམ་པ་འཛིན་ཏེན་གྱི་མཆོག་ཉིད་ཡིན་པ་དང་མཚུངས་པའི་  
 ཕྱིར། དཀོན་མཆོག་ཆོས་ཅན། བསྟོད་སྦྱད་སྒྲགས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་འགྱུར་བ་  
 མེད་དེ། རྣམ་པ་ཟངས་ལྷགས་སྒྲགས་ལ་འགྱུར་བ་མེད་པ་དང་མཚུངས་  
 པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟ་བུ་རིགས་པའི་སྐྱབ་བྱེད་དང་ལྡན་པའི་དོན་དེ་འདྲ་ཞིག་  
 ལ་དཀོན་མཆོག་གི་སྤྱོད་ན་འདུག་ཅིང་། བརྒྱ་བྱིན་དང་དབང་ཕྱག་སྒྲགས་  
 ལ་མི་འདུག་གོ། །གཉིས་པ་སྐྱབས་འགྲོའི་རྣམ་གཞག་འཆད་པ་ལ་ལྡ་ཡོད་  
 དེ། སྐྱབས་སུ་འོས་པའི་ཚུལ་བཤད་པ། སྐྱབས་འགྲོའི་རྒྱ་བཤད་པ། སྐྱབས་  
 འགྲོའི་ངོ་བོ་བཤད་པ། བསྐྱབ་བྱ་བཤད་པ། ཡན་ཡོན་བཤད་པའོ། དང་  
 པོ་ནི། སངས་རྒྱལ་དཀོན་མཆོག་ལ་སྐྱབས་སུ་འོས་ཏེ། མཁྱེན་བཙེ་ནུས་  
 གསུམ་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར། ཆོས་དཀོན་མཆོག་ལ་སྐྱབས་སུ་འོས་ཏེ། གདུལ་  
 བྱ་ཉོན་མོངས་འཛོམས་པའི་སྤྲཅ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དགེ་འདུན་དཀོན་  
 མཆོག་ལ་སྐྱབས་སུ་འོས་ཏེ། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དང་ལྡན་  
 པའི་ཕྱིར། རྟགས་དེ་དག་གསུམ་ནི། དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་འོས་  
 པའི་ཚུལ་མཆོན་ཅམ་དུ་བཀོད་པའོ། །གཉིས་པ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སྐྱབས་  
 འགྲོའི་རྒྱ་ནི། བདག་དང་བཅས་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཤེས་བྱའི་སྐྱབ་

ཕ་ལ་འཇིགས་སྐྱེས་སྐྱེས་པའི་བློ་དང་། འཇིགས་པ་དེ་ལས་སྐྱོབ་པའི་ནུས་  
 ཕ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་ཡོད་པ་ཤེས་པའི་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ་དེ་གཉིས་  
 སྐབས་འགྲོའི་རྒྱ་ཡིན་ནོ། །གསུམ་པ་དོ་བོ་བཤད་པ་ལ་གསུམ། མཚན་  
 ཉིད། དབྱེ་བ། ཐུ་ནང་གི་ཁྱད་པར་འཇོག་ཚུལ། དང་པོ་ནི། དཀོན་  
 མཆོག་གསུམ་ལ་ལེ་བརྟོན་བྱས་པའི་སེམས་པ། སྐབས་འགྲོའི་མཚན་ཉིད།  
 གཉིས་པ་དབྱེ་བ་ལ་གཉིས། རྒྱའི་སྐབས་འགྲོ་དང་། འབྲས་བུའི་སྐབས་  
 འགྲོའོ། །དང་པོ་ནི། རང་དང་ཇམ་ཐ་དད་པའི་སྐབས་ཡུལ་དཀོན་མཆོག་  
 ལ་ལེ་བརྟོན་བྱས་པའི་སེམས་པ། རྒྱའི་སྐབས་འགྲོའི་མཚན་ཉིད། གཉིས་  
 པ་ནི། རང་རྒྱད་དུ་འབྱུང་འགྱུར་གྱི་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་ལེ་བརྟོན་བྱས་  
 པའི་སེམས་པ། འབྲས་བུའི་སྐབས་འགྲོའི་མཚན་ཉིད། གཞན་ཡང་། རང་  
 ཉིད་ལམོར་བའི་རྒྱལ་བ་སྤལ་ལ་འཇིགས་ནས་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་ལེ་བརྟོན་  
 བྱས་པའི་སེམས་པ། ཐེག་དམན་སྐབས་འགྲོའི་མཚན་ཉིད། གསུམ་པ་  
 ཐུ་ནང་གི་ཁྱད་པར་ནི། མཁས་པའི་དབང་པོ་ཁ་ཅིག་གིས། སྐབས་འགྲོ་  
 མི་ཤེས་པའི་བྱིམ་བདག་དང་རྒྱལ་པོ་སོགས་ནང་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཟེར། དེ་  
 འདྲའི་སྐབས་འགྲོ་མི་ཤེས་པ་དེ་ཆོས་ཅན། ནང་པ་ཡིན་ཏེ། ནང་པའི་ཆོས་  
 དར་སར་གནས་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། འཕགས་ཡུལ་གྱི་དཔལ་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་  
 པ་ཆོས་ཅན། ལྷ་སྟེགས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། ལྷ་སྟེགས་པའི་ཆོས་དར་སར་  
 གནས་པའི་ཕྱིར། དེ་ལ་སོགས་པ་སྟོན་མང་ངོ་། །དེ་ནང་པ་ཡིན་ཏེ། བྱང་

རྒྱལ་གྱི་སེམས་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། བྱང་རྒྱལ་གྱི་སེམས་སྐྱེས་ན་ཐོག་མར་  
 རྫོན་སེམས་རྫོན་དུ་སྐྱེས་དགོས་ལ། དེ་སྐྱེས་པ་ལ་སྐྱབས་འགོ་རྫོན་དུ་འགོ་  
 དགོས་པ་བྱང་རྒྱལ་ལམ་རྫོན་ལས་གསུངས་སོ། ། སྔ་ཐར་རིགས་བདུན་གྱི་  
 རྫོམ་པ་གང་རུང་དང་ལྷན་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། རིགས་བདུན་གྱི་རྫོམ་པ་ལེན་  
 པ་ལ་ཡང་། སྐྱབས་འགོ་དགོས་པ་ཆོས་མངོན་པ་མངོད་ལས་གསུངས་སོ། །  
 ཁ་ཅིག་དགོན་མཆོག་གསུམ་པོ་གང་རུང་གཅིག་ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་ན་ནང་པ་  
 ཡིན་ཞེས་ཟེར་བ་ཡང་གདའོ། །རང་ལུགས་ནི། འགོ་བའི་མགོན་པོ་ཆོས་  
 རྒྱལ་འཕགས་པའི་ཞལ་ལྷ་ནས། ཆོས་པ་རི་ལྷར་བཟང་ན་ཡང་། །སྐྱབས་  
 འགོ་མེད་ན་ལུ་སྟེགས་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། དགོན་མཆོག་གསུམ་  
 ལ་སྐྱབས་གནས་ཡང་དག་ཏུ་ཁས་ལེངས་པ་ལས་སྐྱབས་སུ་འགོ་བའི་གང་ཟག་  
 ནང་པ་སངས་རྒྱལ་པའི་མཆོན་ཉིད། བོན་པོ་ཆོས་ཅན། ལུ་སྟེགས་པ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་འགོ་བའམ་ཁས་ལེངས་པའི་  
 གང་ཟག་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། མ་ཁྱབ། བོད་དུ་ལུ་སྟེགས་པ་ཡོད་མི་  
 སྤེད་དེ། ག་རུ་པ་ལྷས།

བོད་ལ་ལུ་སྟེགས་དྲག་བྱེད་གྱི། །

ཆོས་ལོག་མ་གཏོང་བྱོད་གྱིས་སྤངས། །

ཞེས་བརྟན་མ་བརྩ་གཉིས་ལ་བཀའ་བདད་མངོད་པའི་ཕྱིར། དེའི་  
 ལོ་རྒྱུས་རགས་ཅོམ་ཞུས་ན། འཇམ་མགོན་ཆོས་གྱི་རྒྱལ་པོ་ས་སྐྱ་པཎ་ཉི་

ཏ་ཀུན་དགའ་ཀྱལ་མཚན་དཔལ་བཟང་པོས་ལུ་སྟེགས་འཕྲོག་བྱེད་དགའ་པོ་  
 བདུལ་ནས་ཁ་བ་ཅན་དུ་འབྲིད་དགོངས་པ་ན། བསྟན་མ་བཅུ་གཉིས་ཁྲིམ་  
 ཏེ་གནམ་ནས་ཐོག་པའ་པར་འཇམ་དབྱངས་ལྷ་མས་སྐྱེའི་ཆོས་གོས་གཡོགས་  
 ཀྱང་། ཐོག་ཆུ་ཆོས་གོས་སྟེང་དུ་རྒྱགས་ངེས་པ་ཞིག་བཏབ་པ་དང་། འཕྲོག་  
 བྱེད་ཁ་ནང་ནས་ཁྲག་བསྐྱགས་ཏེ་ཤིང་ཞེས་གྲགས་སོ། །འོ་ན་བོན་པོ་ཆོས་  
 ཅན། ནང་པ་ཡིན་པར་ཐལ། ལུ་སྟེགས་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེན་མ་བྱལ།  
 ཅེས་བཤེད་པ་སོགས་ལན་འདེབས་ཤེས་དགོས་སོ། །རང་རེའི་ཡུལ་འདིར་  
 རྒྱ་གུང་པོ་ཆེ་ལྷ་བུ་རྒྱུ་ཉམས་ཆེན་པོའི་གདན་ཐོག་དུ་བཞུགས་ཏེ་མངོན་ཤེས་  
 དང་རྟོགས་པ་ཡོད་སྟེ་མ་པའི་རྣམ་པ་ཅན་དག་ལ། གང་ཟག་དེར་རྟོགས་  
 པ་སྟེ་བ་ལ་སྐྱབས་འགོ་ཞིག་དགོས། སྐྱབས་འགོ་སྟེ་བ་ལ་སྐྱབས་ཡུལ་དཀོན་  
 མཆོག་གསུམ་ཤེས་དགོས་པས། གསུམ་པོ་དེ་ཅི་འདྲ་ཞིག་ལ་ཟེར། ཞེས་  
 དེ་བའི་དབྱུགས་གཅིག་བསྟན་ན་ངེད་མཆོད་པའི་བཅན་ཤོད་ཆེ་གོ་མོ་དང་།  
 ཀྱལ་པོ་ཆེ་གོ་མོ་དང་། ཐེའུ་རང་ཆེ་གོ་མོ་ཡིན་ཞེས་སྟོན་ཟིང་སྦྱ་མི་གྲགས་  
 པར་ཐག་སྦྱ་གྲགས་པའི་ཞབས་འདྲེན་ཅན་མང་དུ་བྱུང་ཞིང་། སྐྱབས་འགོ་  
 དེ་ཅི་འདྲ་ལ་འཇོག་ཅེས་འདྲི་བ་ན། རྒྱ་མ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །སངས་  
 རྒྱལ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །ཆོས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །དགོ་འདུན་ལ་སྐྱབས་  
 སུ་མཆིའོ། །ཞེས་ཆོག་སྟེ་མ་པོ་དེ་འདོན་བྱལ་ཅམ་བྱས་ནས་དེ་སྐྱབས་འགོ་  
 ཡིན་ཞེས་ཟེར། གང་ཟག་དེས་ཤོད་བྱེད་ཀྱི་སྦྱ་དང་། བཤོད་བྱེད་སྐྱབས་

འགྲོ་གཉིས་དཔྱེ་མི་ཤེས་པའི་རྟགས་བསྟན་པ་ཡིན་ལ། མོང་དུ་བཤད་པའི་  
 སྐབས་ཡུལ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐབས་འགྲོ་མཆོན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་ཞིག་  
 མི་ཤེས་ན་ཡང་། དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐབས་སུ་འགྲོ་བའམ་ཁས་བླངས་  
 པ་གང་རུང་ཞིག་མེད་ན། རབ་བྱུང་གི་ཀྱན་ལུས་ལ་འཆང་ཡོད་ནའང་། ཅང་  
 པ་སངས་ཀྱས་པའི་གསུ་སྐུ་དེ་བཞི་བསྐལ་པའི་བར་དུ་མི་སྤྱིད་དོ། །འཇིག་  
 རྟེན་པ་རྣམས་ཀྱིས། ཆངས་པ། ཁྱབ་འཕྲུག་མ་དུ་དེ་བ། རང་རང་གི་  
 ཡུལ་ལྷ། བཅན་དང་། བྲག་མཚོ། རྩོན་ཤིང་སོགས་ལ་གནས་པའི་ལྷ་  
 རྩ་རྣམས་ལ་སྐབས་རེ་བཞི་རེ་སྟོང་ཞིག་ཡིན་ཏེ། དེ་ཀྱན་ཡང་འཇིགས་པ་  
 ལས་མ་བར་ཞིང་སྤྱག་བསྐལ་དང་བཅས་པའི་ཕྱིར། ཇི་སྐད་དུ་མདོ་ལས།  
 འཇིག་རྟེན་རྣམས་ནི་རང་དང་ནི། །  
 རྟགས་ཆལ་དང་ནི་མཆོག་གནས་ཀྱི། །  
 ཀྱན་དགའ་དང་ནི་དོ་བ་དང་། །  
 རྩོན་ཤིང་ལྷ་ལ་སྐབས་འགྲོ་བ། །  
 སྐབས་དེ་གཙོ་བོ་མ་ཡིན་ཞིང་། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་

རོ། །

བཞི་པ་བསྐལ་བྱ་ལ་དཔྱེ་ན་དུག་ཡོད་དེ། སངས་ཀྱས་དཀོན་མཆོག་  
 ལ་དགག་སྐབ་ཀྱི་བསྐལ་བྱ་གཉིས། ཆོས་དཀོན་མཆོག་ལ་དགག་སྐབ་ཀྱི་  
 བསྐལ་བྱ་གཉིས། དག་འདུན་དཀོན་མཆོག་ལ་དགག་སྐབ་ཀྱི་བསྐལ་བྱ་གཉིས་

སོ། །དང་པོ་ནི། ལུ་སྒྲེགས་པའི་རྗེས་འབྲངས་དང་འཇིག་རྟེན་པའི་ལྷ་སྐྱ་  
 བཅོན་སོགས་ལ་སྐྱབས་སུ་མི་འགོ་བ་དེ་ནི། དགག་པའི་བསྐབ་བྱ་ཡིན་ཏེ།  
 དེ་ནམས་ལ་སྐྱབས་སུ་འགོ་བ་དེ་དགག་པའི་ཕྱིར། གནིས་པ་སྐྱབ་པའི་བསྐབ་  
 བྱ་ནི། སངས་རྒྱལ་གྱི་སྐྱབ་རྣམ་གསུམ་པོ་གང་རུང་ཞིག་ལ་སངས་རྒྱལ་དངོས་  
 ཡིན་སྐྱམ་པའི་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ་དེ་ནི། སྐྱབ་པའི་བསྐབ་བྱ་ཡིན་ཏེ། སངས་  
 རྒྱལ་མ་ཡིན་པ་ཞིན་དུ་ཡིན་སྐྱམ་པའི་དད་མོས་ཀྱིས་སྐྱབ་པའི་ཕྱིར། དེ་ཡང་  
 མདོ་ལས།

གང་ཞིག་བཞུགས་ལ་མཆོད་པ་དང་། །

ལྷ་ངན་འདས་པའི་སྐྱ་གདུང་ལ། །

སེམས་ཉིད་ནམ་པར་དག་པར་ན། །

བསོད་ནམས་ལ་ནི་བྱད་པར་མེད། །ཅེས་གསུངས་སོ། །

གནིས་པ་ཆོས་དཀོན་མཆོག་ལ་དགག་སྐྱབ་ཀྱི་བསྐབ་བྱ་གནིས། དང་  
 པོ་ནི། སེམས་ཅན་གཞན་ལ་གནོད་འཆེ་མི་བྱེད་པའི་བསམ་པ་དེ་ནི། དགག་  
 པའི་བསྐབ་བྱ་ཡིན་ཏེ། གནོད་འཆེ་བྱེད་པ་དེ་དགག་པའི་ཕྱིར། ཡང་མདོ་  
 དེ་ཉིད་ལས།

དམ་པའི་ཆོས་ལ་སྐྱབས་འགོ་བ། །

འཆེ་ཞིང་གནོད་པའི་སེམས་དང་བྲལ། །ཞེས་གསུངས་

སོ། །

གཉིས་པ་ནི། བཀའ་དང་བརྟན་བཅས་སོགས་སྒྲུང་དོར་གྱི་གནས་  
 རྟོན་རྣམས་པའི་ཡིག་འབྲུལ་ན་ཆད་ལ་ཆོས་དངོས་ཡིན་སྟེ་མ་པའི་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་  
 དད་པ་དེ་ནི། ཆོས་དཀོན་མཆོག་གི་སྐུ་པའི་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་ཏེ། ཆོས་དཀོན་  
 མཆོག་དངོས་མ་ཡིན་བཞིན་དུ་ཡིན་སྟེ་མ་པའི་དད་མོས་ཀྱིས་སྐུ་པའི་ཕྱིར།  
 བཀའ་བརྟན་གཉིས་ནི་རྫོང་ཕྱེད་ཅུ་ཡིན་ལ། དེ་ཆོས་དཀོན་མཆོག་ཏུ་བཞུགས་  
 ན་སྦྱོན་མང་ངོ་།། གསུམ་པ། དག་འདུན་དཀོན་མཆོག་གི་དགག་པའི་  
 བསྐྱབ་བྱ་ནི། ལུ་སྟེགས་པའི་སྒྲོབ་མ་དང་ཕྱིག་པའི་གྲོགས་པའི་རྗེས་སུ་མི་  
 འབྲང་བའི་བསམ་པ་དེ་ནི། དགག་པའི་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་ཏེ། དེའི་རྗེས་སུ་  
 འབྲངས་པ་དེ་དགག་པའི་ཕྱིར། ཡང་མདོ་དེ་ཉིད་ལས།

དག་འདུན་ལ་ཡང་སྐུ་བས་འགྲོ་བ། །

ལུ་སྟེགས་ཅན་དང་འགྲོགས་པ་མིན། །ཞེས་གསུངས་སོ།།

སོ་ཐར་རིགས་བདུན་གང་རུང་གི་སྒྲོམ་ཁུན་དང་ན་བཟའ་མཆོན་  
 ཕྱེད་སོགས་ལ་དག་འདུན་དངོས་ཡིན་སྟེ་མ་པའི་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ་དེ་ནི།  
 དག་འདུན་དཀོན་མཆོག་གི་སྐུ་པའི་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་ཏེ། དད་མོས་ཀྱིས་སྐུ་པ་  
 པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟ་བུ་བསྐྱབ་བྱ་དུག་པོ་དང་འགལ་སྔོང་ན། སྐུ་བས་འགྲོ་བའི་  
 བསྐྱབ་བྱ་དང་འགལ་བའི་ཕྱིར་རོ།། ལུ་པ་ཕན་ཡིན་ནི། ལུང་དོན་སྐུ་པ་  
 དང་། ལོ་རྒྱུས་བཟད་པའོ།། དང་པོ་ནི། ཇི་སྐད་དུ། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་  
 རྒྱུད་བླ་མ་ལས།

སྐབས་སུ་འགྲོ་བ་འདིར་སོང་དོན་ཆེན་ཏེ། །

དེ་ནི་དཔག་མེད་ཡོན་ཏན་ཆོག་གས་འཕེལ་འགྱུར། །

འགྲོ་བ་འདི་ལ་སྤྲིང་རྗེའི་བསམ་པས་བྱལ། །

མཚུངས་མེད་འཕགས་ཆེན་ཆོས་ཀྱང་རྒྱས་པར་བྱེད། །

ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། དཀོན་མཆོག་རིན་པོ་ཆེ་གསུམ་ལ་སྐབས་  
སུ་སོང་བ་ན། འདི་ཕྱི་གཉིས་པུན་གྱི་དོན་ཆེན་པོ་འགྱུར་བ་དང་། དཔག་  
ཏུ་མེད་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་ཆོག་གས་འཕེལ་བ་དང་། འགྲོ་ཀུན་ཡོངས་ལ་སྤྲིང་  
རྗེའི་བསམ་པ་དང་ལྡན་པ། མཚུངས་པ་མེད་པའི་འཕགས་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་  
ཀྱང་རྒྱས་པར་བྱེད། ཇི་སྐད་དུ།

སྐབས་སོང་བསོད་ནམས་གཟུགས་ཡིན་ན། །

སྤྲོད་གསུམ་འདི་ཡང་སྤྲོད་དུ་ཆུང་། །

རྒྱ་མཚོ་ཆུ་གཏེར་ཆེན་པོ་ལ། །

འཕྲོས་ཀྱང་གཞུལ་བར་ག་ལ་རྒྱས།

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། སྐབས་སུ་སོང་བའི་བསོད་ནམས་འདི་  
གཟུགས་རགས་པ་ཞིག་ཡིན་ན། སྤྲོད་གསུམ་གྱི་སྤྲོད་ཆེན་པོ་འདི་འགོང་  
པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། དཔེར་ན། རྒྱ་མཚོའི་ཆུ་གཏེར་ཆེན་མོ་ལ་ལག་  
པས་ཕྱིར་འཕྲོས་བྱེད་མི་རྒྱས་པ་བཞིན་དུ། སྐབས་སུ་སོང་བའི་བསོད་ནམས་  
ཆུ་གཏེར་དང་མཉམ་པ་དེ་ལ། མི་དགེ་བ་ཆུང་དུ་དག་གིས་ཕྱིར་འཕྲོས་ནས་



འཛོམས་ག་ལ་རྒྱས་ཏེ་མི་རྒྱས་པའི་ཕྱིར། སྤྱིང་ཐག་པ་ནས་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་ན། ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་གསུམ་སུ་ཚུད་པ། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྟེན་དུ་འགྱུར་བ་དང་སྤྱིག་པ་ཐམས་ཅད་ཟེད་པར་འགྱུར་བ། བསམ་པའི་དོན་ཀྱན་འགྱུབ་པ། མི་དང་མི་མ་ཡིན་གྱི་བར་ཆད་མི་ཚུགས་པ། དན་སོང་དུ་མི་ལྟང་བ། ལྟར་དུ་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པ་སོགས་ཡན་ཡོན་ཆད་ལས་འདས་སོ། ། གཉིས་པ་ལོ་རྒྱས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཡན་ཡོན་བརྟུན་པ་ནི། སྐྱབས་འགྲོ་ངག་དུ་བརྟུན་པ་ཙམ་ལ་ཡན་ཡོན་འབྱུང་བ་ནི། རྟོན་མི་རྒྱན་པོ་གང་ཡང་མི་ཤེས་མཁན་གཅིག་ལ། སྤྱིན་བདག་མོ་ཞིག་དང་པ་སྤྱིན་ནས་རས་ཡུག་གཅིག་ལྷལ་ཏེ་ཆོས་ཁུམ་ཀན་པོ་དེར་ཆོས་བཤད་རྒྱུ་མ་རྟེན་ནས་ཡིད་ལུག་སྟེ། མི་ཤེས་པ་ར་སྤྱིག་ཅེས་ཡང་ཡང་བརྒྱས། དེར་སྤྱིན་བདག་མོས་རྒྱུ་མི་ཤེས་པ་ལས། འབྲས་བུ་སྤྱིག་བསྐལ་འབྱུང་བར་རྟོགས་ཏེ་བདེན་པ་མཐོང་། མི་རྒྱན་པོ་ཞིག་གིས་རྒྱན་པོ་ཀན་ཁོག་འདི་ལས། རས་ཡུག་དེ་བརྒྱ་བར་བུ་རྣམ་དུ་བསམ་ནས་སྤྱི་ཀན་པོ་རྟོགས་སུ་སོང་སོང་བ་ན། ཀན་པོ་དེ་ཁང་པ་ཞིག་གི་ནང་དུ་བསྐྱེད་པར་རྒྱན་པོས་མཐོང་ནས། ཁྱོད་ཀྱི་རས་དེ་ང་ལ་བྱིན་ཤིག་ཟེར་བས། ཀན་པོ་སྤྱིག་སྟེ་ཁང་པའི་སྤྱི་རུ་ཡོང་མི་རྒྱས་པས་སྤུ་ཁྲུང་ནས་ལོངས་ཞེས་ཟེར་བ་ན། རྒྱན་མས་ལག་པ་གཅིག་གིས་བྱངས་པས། ཀན་པོས་ཁོ་པོ་ལ་ཡང་སྤྱིན་བདག་གིས་ལག་པ་གཉིས་ཀས་བྱིན། ཁྱོད་ཀྱང་ལག་པ་གཉིས་ཀས་

ལོངས་ཞེས་སྒྲིམ། དེར་ལག་གཉིས་ཀ་བརྒྱུད་ས་པ་ན། ཐག་གུས་བཀྱིགས་  
 ཅས་ཀ་བ་ལ་བཏགས་ཏེ། ཅན་པོས་ཕྱི་ལ་བྱུང་ནས་སྐྱབས་འགྲོའི་ལད་མོ་  
 གྱིས་ཞེས་བསྒྲགས་ནས། དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་སྐྱབས་འགྲོ་རེ་ལ་དབྱུག་  
 པ་ན་ངེས་པ་རེ་བརྒྱབ་ཟིན་པ་དང་རྒྱན་མ་ཕྱིར་བཏང་། རྒྱན་མ་དེ་རྒྱང་པ་  
 འཐེང་ཞིང་ཆུ་འགམ་ཞིག་ཏུ་ཕྱིན་པ་དང་། མགོན་པོ་ཞིག་གིས་ཁྱོད་ཅི་སྟེ་  
 འཐེང་ཞེས་ངེས། ཁོས་སྒྲིམ་པ། ཁོ་པོ་རྒྱན་མ་ཞིག་ཡིན་པས་རྒྱན་ལ་སོང་།  
 ཁོ་པོ་བས་ཀྱང་རྒྱན་ཆེན་དགེ་སྦྱོང་ཞིག་གིས། སྐྱབས་འགྲོ་རེ་དང་དབྱུག་  
 པ་རེ་བསྒྲགས་ཏེ་བདུངས། སངས་རྒྱས་མངོན་ཤེས་མངའ་བས་སྐྱབས་འགྲོ་  
 གསུམ་ཏུ་བརྒྱས། སྐྱབས་འགྲོ་བཞི་པ་སྤྱིད་ན་ཁོ་པོ་གདོན་མི་ཟ་བར་སྟོག་  
 དང་བྲལ་ཟེར་ནས། སངས་རྒྱས་ལ་དད་བཞིན་ཏུ་ཟམ་པ་གཅིག་གི་འོག་  
 ཏུ་ཞུགས། དེའི་ཆོ་མི་མ་ཡིན་དཔག་ཏུ་མེད་པས་ཟམ་པ་ལ་འགྲོ་བར་བརྩམས་  
 པ་ན་འགྲོ་མ་རྒྱས། ཁོ་ཆོའི་བསམ་པ་ལ་སྤར་ཁོ་པོ་ཅག་བདེ་སྐྱབས་ཏུ་འགྲོ་  
 རྒྱས་པ་ལ་འདི་ཅིས་ལན་སྟམ་སྟེ། མི་དེ་ལ་ཁྱོད་ཀྱིས་རིག་པ་ཅི་ཤེས་ངེས།  
 དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་འགྲོ་ཞིག་ཤེས། དེ་ལས་གཞན་མི་ཤེས་ཟེར་  
 བ་དང་། གདོན་དེ་དག་ཀྱང་སྐྱབས་འགྲོ་ལ་ངེས་ཤེས་སྟེས་ཏེ་ཆོའི་ཤེས་ནས་  
 རྩར་སྟེས་ཞེས་གྲགས། རྒྱན་པོ་དེ་ཡང་སངས་རྒྱས་ལ་དད་ནས་རབ་ཏུ་བྱུང་  
 ཞེས་གྲགས་སོ། སྟེ་བ་ཐམས་ཅད་ཏུ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་དང་མི་འབྲལ་  
 བའི་གདེང་ཚོབ། བརྟན་པར་དགའ་བའི་རྩ་ནམས་ཀྱིས་སྤང་བ་སོགས་ཡན་

ཡོན་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་ཚུལ་མཚན་ཙམ་བཀོད་པ་ལགས། སྐབས་འགྲོ་དང་  
དེའི་ཡོན་ཏན་བསྐབ་བྱ་ཡན་ཡོན་སོགས་བཤད་ཟིན་རྟོ།།

འདིར་སྐུས་པ།

ནང་པའི་གྲུབ་མཐའི་སྒྲོག་པ་ཤེས་འདོད་པའི། །

སྐལ་མཉམ་རེ་ལ་ཡན་མེད་སྐྱམ་པ་ཡིས། །

བཤེས་གཉེན་དམ་པའི་དགོངས་པ་ཇི་བཞིན་དུ། །

བཤད་པས་དོན་གཉེར་ཀུན་ལ་ཡན་གྱུར་ཅིག །

གཉིས་པ་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་བཤད་པ་ནི། དབྱེ་བ་ནམ་པ་ལྡེའི་སྒྲོ་  
ནས་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། ཐོག་མ་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་བཤད་པ།  
མཚན་ཉིད་བཤད་པ། དེའི་དབྱེ་བ་བཤད་པ། བསྐབ་བྱ་བཤད་པ། ཡན་  
ཡོན་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་ཡང་ནམ་  
པ་དུག་གི་སྒྲོ་ནས་འཆད་པ་ནི། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་མར་ཤེས། དེན་  
དན། དེན་གཞོ། བྱམས་པ། སྡིང་རྩེ། ལྷག་བསམ་སྟེ་དུག་པོ་དེ་ལྷ་མ་ལྷ་  
མར་རྒྱ་དང་ཕྱི་མ་ཕྱི་མ་ཕྱི་མར་འབྲས་བུའི་ཚུལ་དུ་སྐྱེ་དགོས་པའི་དོན་འདི་  
ལྟར་ཡིན་ཏེ། ཐོག་མར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་པ་མ་བྱས་མ་སྐྱོང་བ་གཅིག་  
ཀྱང་མེད་པ་ཤེས་དགོས་ལ། ཚུལ་ཇི་ལྟར་ཤེས་དགོས་ཤེ་ན། རང་རེའི་  
སྐྱེ་བ་ལ་ཐོག་མ་འདི་ཡིན་ཞེས་ངོས་འཛིན་རྒྱ་དང་གྲངས་ཆད་སོགས་བརྟོག་

དུ་མེད་པ་དེ་ནི། ལྷ་མེད་ཀྱི་མེད་ལྷ་བྱ་མ་ཡིན་པས་ལྷ་ཀྱི་ཁོ་ན་ལས་བྱུང་  
 བ་ག་ལྟག་ཡིན་ཁོང་། ལྷ་དེ་ཡང་སེམས་ཅན་ལ་མ་བརྟེན་པར་ས་ནི་རི་བྱག་  
 ལས་སྐྱེ་མི་སྤྱིད། གྲངས་མཐའ་མེད་པའི་སེམས་ཅན་ལ་སྐྱེ་བ་གྲངས་ཚད་  
 མེད་པ་རེས་མོས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་རང་ཅག་ནམས་སྐྱེས་ངེས་པ་ཡིན་ཏེ། ཇི་སྐད་  
 དུ། ལྷ་སྐྱབ་ཀྱིས་བཤེས་སྤྱངས་ལས།

རེ་རེས་བདག་ཉིད་རུས་པའི་ཡུང་པོ་ནི། །

ལྷ་ན་པོ་མཉམ་པ་རྗེད་ཅིག་འདས་གུར་ཏེ། །ཞེས་དང་།

མ་ཡི་ཐུག་མཐའ་ཀྱང་ཤུག་ཚིག་གུ་ཙམ། །

རིལ་བུར་བགྲངས་ཀྱང་ས་ཡིས་ལང་མི་འགྱུར། །ཞེས་

གསུངས་སོ། །

དེ་ལྷ་བྱ་མ་རྒྱུ་ཤེས་པ་ཅོམ་གྱིས་མི་ཆོག་པར་བཀའ་བྱིན་བྱན་པ་ཞིག་  
 མེད་ན་ཐབས་མེད་ཡིན་པས། ཆོ་འདིར་རང་རེ་མས་བྱིན་ཅི་ཅོམ་སྐྱོང་བ་  
 དེ་ཅོམ་དུ་སྐྱེ་བ་ཁྲམ་ར། སམ་རྒྱུར་པའི་སེམས་ཅན་དེས་བྱིན་གྱིས་བསྐྱངས་  
 པ་ནི་སྐྱེ་མི་དགོས་ཤིང་། བྱིན་གྱིས་བསྐྱངས་པའི་ཚུལ་དེ་ཡང་། ཆོགས་  
 བཅད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་འདིར་སྐྱས་པ།

ལུས་བསྐྱེད་དང་དཀའ་བ་སྤྱད་པའི་བྱིན། །

སྤྱོད་བྱིན་དང་འཇིག་རྟེན་བཟུན་པའི་བྱིན། །

ཚུལ་བཞི་ཡིས་སྐྱོང་མཁས་མ་ཆན་ལ། །

རིན་པོ་ལུ་པ་དགོས་ལུགས་འདི་འདྲ་གདམ། །

ལུས་བསྐྱེད།

མའི་ལྷོ་པའི་ནང་དུ་གནས་པའི་དུས། །

མདོག་དམན་པ་ཉ་རེ་ཉ་རེ་དེར། །

མས་གཟུག་དངས་མའི་བརྒྱུད་ཀྱིས་གསོས། །

ངོ་ཆ་དང་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱིས་བསྐྱེད་བྱས། །

དཀའ་བ་སྤྱད་པ།

བྱ་དུས་ཚང་ཕྱི་རུ་བཅའ་བན། །

ཆུང་ཡུར་བྱ་ཅམ་ནས་གསོ་སྦྱང་པས། །

ཆེ་གཡག་པོ་ཅམ་དུ་བསྐྱེད་པའི་ལུས། །

མ་རིན་ཆེན་མཆོག་གི་རིན་ཤེས་དགོས། །

སྤྱག་བྱེད་པ།

འཇམ་དྲོད་ཀྱིས་གསོས་ཤིང་པང་དུ་གྱུར་ས། །

རྒྱུན་དབང་གིས་ཤི་ལ་དོགས་པ་ཡིས། །

མི་ཕྱིས་དང་རིམ་གྱི་སྤྱན་བསྐྱེད་སྤྱོད་སྤྱོད། །

སྤྱོད་མི་འཁྱོག་བྱའི་སྤྱག་སྦྱང་པ་བྱེད། །

འཇིག་རྟེན་བསྐྱེད་པ།

ལར་རང་རེ་ཙོར་སྐྱེད་གོས་ཀྱིན་སྤྱོད་སྤྱོད། །

ཅི་མེད་པའི་ལུས་ཟེང་སྒྲིང་སང་དེ། །

ངོ་མ་ཤེས་ཡུལ་འདིར་སྒྲེབས་པ་ན། །

ཟས་གོས་ཀྱིས་མ་ཤོངས་མ་ཡིས་བྱིན། །

སྒྲིག་སྒྲུག་གིས་བསྐྱབས་པའི་ཚོར་ཐུག་དེ། །

དོན་གཉིས་ཡན་དག་ཅེར་མ་བཏང་ནས། །

བུའི་བྱིར་དུ་བསགས་པའི་ནམ་སྒྲིན་གྱིས། །

མ་གཡང་སར་བྲིད་པ་མ་ཤེས་སམ། །

མ་མཁའ་མཉམ་སེམས་ཅན་མ་ལུས་པས། །

དྲིན་འདི་འདྲ་ཁོ་ནས་བསྐྱངས་པའི་ཚུལ། །

ཁོང་རྒྱལ་སྤྱོད་ནམས་ཀྱིས་མགྲིན་གཅིག་གསུངས། །

དེ་དོན་གཉེར་ནམས་ཀྱི་སྒྲིང་ལ་སྒྲོམས། །

ཞེས་མ་ཆན་འདི་ནམས་ཀྱི་བཀའ་དྲིན་ཐབས་སྒྲ་ཆོགས་ཀྱི་སྒྲོན་ས་  
དན་པ་བྱའོ། །དེ་ལྟ་དྲིན་དན་ཅམ་གྱིས་མི་ཆོག་པར་དྲིན་གཞོ་བཞིག་དགོས།  
དེ་འདྲའི་མར་གྱུར་སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་སྒྲིང་དུ་སྒྲུག་ཅིང་ཡན་པ་དང་། བདེ་  
བར་འདོད་པའི་སྒོ་གཤམ་མ་ཞིག་མ་སྒྲེབར་ནན་ཏན་གྱིས་བསྒྲོམ། མཐར་  
སྒྲོག་སུམ་གྱིས་སྒྲིད་ལམ་ཅི་བྱས་ཀྱང་ནམ་མཁའི་མཐའ་དང་མཉམ་པའི་མ་  
དྲིན་ཆེན་འདིར་དྲིན་ལན་ཞིག་མ་བྱས་ན། ཐབས་མི་འདུག་སྒྲུམ་པའི་སྒོ་  
སྒྲོམ་པ་ཚུ་འདོད་ལྟར་སྒྲེབ་ན་དྲིན་གཞོ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཅམ་གྱིས་མི་ཆོག་

པར་རང་རེ་ཆེ་འདིའི་མ་ལ་ཡིད་དུ་མི་འོངས་པ་གཅིག་ཀྱང་མེད་པ་བཞིན་  
དུ། ས་མར་གྱུར་པའི་སེམས་ཅན་མཆོག་དམན་སྤྱའདྲ་ཞིག་ཡིན་ཡང་དགའ་  
བཅེ་ཆེན་པོས། ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་མེད་པའི་སྒོ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་བསྐྱོམ། ཐ་  
མར་རང་རྒྱུད་ལ་སེམས་ཅན་མཆོག་དམན་སྤྱའལ་བ་ལྟས་ཀྱང་། ཡིད་དུ་མི་  
འོང་བ་གཅིག་ཀྱང་མེད་པ་ཞིག་འབྱུང་ན། ཡིད་འོང་གི་བྱམས་པ་སྦྱེ་བ་ཡིན་  
ན། །ཇི་སྐད་དུ། མདོ་ལྡེ་རྒྱན་ལས།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་ཅན་ལ། །

བྱ་གཅིག་པ་ལ་བྱ་བ་བཞིན། །

ཀྱང་གི་ཁོང་ནས་བྱམས་པ་ཆེ། །

དེ་ལྟར་རྟག་ཡན་བྱེད་པར་འདོད། །

ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། སེམས་ཅན་ལོངས་ཀྱི་རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་པ་རྣམས་  
ཅི་འདྲ་ཞིག་མཐོང་བའི་ཆེན། རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་གྱི་རྒྱ་དང་བཅས་པ་ལས་བྲལ་  
ན་ཅི་མ་རུང་སྤྲོས་པའི་སྒོ། ཁ་ཚམ་ཆོག་ཚམ་མ་ཡིན་པ་སྤྱིང་གི་དཀྱིལ་དུ་  
བཞོད་ཀླགས་མེད་པ་ཞིག་བྱུང་ན། སྤྱིང་རྗེ་ཆེན་པོ་སྦྱེ་བ་ཡིན་པས་དེ་ལྟ་བུ་  
ཞིག་མ་འབྱུང་གི་པར་དུ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་བསྐྱོམ་མོ། །དམིགས་པ་སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་དམིགས་ནས་ནམ་པ་དེའི་རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་པ་ལ་འདོད་ཀྱི་བཅེ་  
བའི་སྒོ། སྤྱིང་རྗེ་ཆེན་པོའི་མཆོན་ཉིད། དེ་འདྲའི་སྤྱིང་རྗེ་སྦྱེ་བ་ཚམ་གྱིས་  
མི་ཆོག་པས་དེའི་སྤྱིང་དུ། ལྟག་བསམ་ཞིག་ངེས་པར་སྦྱེ་དགོས། དེ་ནས་

སེམས་ཅན་ནམས་རྒྱལ་བ་ལྔལ་མཐའ་དག་ལས་སྒྲིལ་བ་བདག་གིས་བྱའོ་སྐམ་  
 པའི་འདོད་པ་དང་དུ་བླངས་པས། སེམས་བཅོས་མ་མིན་པ་ཞིག་སྟེ་བ་ན་  
 ལྷག་བསམ་སྟེ་བ་ཡིན་པས། དེ་འདྲ་ཞིག་མ་འབྱུང་གི་བར་དུ་ནན་ཏན་ཆེན་  
 པོས་ཡང་ཡང་བསྐྱོམ་པར་བྱའོ། །དེ་ནས་རྒྱ་མན་ངག་དྲུག་པོ་ལས། འབྲས་  
 བྱ་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་སྟེ་ཚུལ་མ་ནོར་བ་ཞིག་ངས་ཅན་དགོས་སོ།  
 གཉིས་པ་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེའི་མཚན་ཉིད་བཤད་པ་ནི། རྫོགས་  
 པའི་བྱང་ཚུབ་བསྐྱབ་པའི་བསམ་པ་བྱུང་པར་བ། སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་མཚན་  
 ཉིད། སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་མཚན་ཉིད་བཞེད་སྟོལ་མང་མོད་ཀྱང་། འདིར་  
 འང་མ་མགོན་ཐྱ་མའི་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་མཚན་ཉིད་རང་སྟོལ་བཞག་གོ།  
 གསུམ་པ་དབྱེ་བ་ལ་གཉིས། དོན་དམ་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་དང་། ཀྱན་རྫོབ་  
 བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་སོ། །དང་པོ་དོན་དམ་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་ནི་དགོངས་  
 འགེལ་གྱི་མདོ་ལས། དེ་ལ་དོན་དམ་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་དེ་ནི། འཇིག་  
 ཉེན་ལས་འདས་པ་སྟོས་པའི་མཐའ་དང་བྲལ་བ། ཤིན་ཏུ་གསལ་བ། དོན་  
 དམ་པའི་ཡུལ་ཅན་ངི་མ་མེད་པ། མི་གཡོ་བ། རྒྱང་མེད་པའི་མར་མེའི་  
 རྒྱན་ལྟར་ཤིན་ཏུ་གསལ་བའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །གཉིས་པ་ཀྱན་  
 རྫོབ་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་བཤད་པ་ལ་གཉིས། མཚན་ཉིད། དབྱེ་བའོ། །དང་  
 པོ་ནི། རི་རྒྱུད་དུ། མདོན་རྟོགས་རྒྱན་ལས།

སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི་གཞན་དོན་ཕྱིར། །



ཡང་དག་ཇོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་འདོད། །

ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། གཞན་སྤྱག་བསྐྱེད་ལས་སྦྱོལ་བའི་ཕྱིར་དུ་  
ཇོགས་བྱང་ཐོབ་འདོད་ཀྱི་འདུན་པ་གཉིས་ལྡན་གྱི་སེམས། ཀྱན་ཇོབ་སེམས་  
བསྐྱེད་ཀྱི་མཆན་ཉིད། གཉིས་པ་དབྱེ་བ་ལ་གཉིས། དབྱེ་མ་པའི་ལྷགས་  
དང་། སེམས་ཅམ་པའི་ལྷགས་སོ། །དང་པོ་དབྱེ་མ་པའི་ལྷགས་ཀྱི་སེམས་  
བསྐྱེད་ཆོ་གནི། འཇམ་མགོན་ཐུགས་སྦྱེ་བཅུ་ཉི་ཉུས་མཛད་པའི་ཆོ་ག་ལ་  
བལྟ་བར་བྱའོ། །གཉིས་པ་སེམས་ཅམ་པའི་སེམས་བསྐྱེད་མགོན་པོ་བྱམས་  
པའི་བཀའ་སློལ། སྦྱོབ་དཔོན་ཐོགས་མེད་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས་པ། ཇོ་བོ་  
གསེར་གླིང་པ། འཇམ་དབྱངས་ཞི་བ་ལ། ཇོ་བོ་རྗེ་ནས་བརྒྱུད་པའི་བཀའ་  
གདམས་པའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་རྣམས་ཀྱི་བྱུག་སློལ་དུ་ཡོད་པ་དེ་ཡིན།  
དེ་ལྟར་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དེ་ལ་དབྱེ་ན་གཉིས། སྦྱོན་སེམས་དང་། འཇུག་  
སེམས་སོ། །དང་པོ་ནི། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅན་གྱི་ཕྱིར་དུ་ཇོགས་བྱང་  
ཐོབ་པར་དམ་བཅའ་ལེགས་པར་འཇོག་པའི་སེམས། སྦྱོན་སེམས་ཀྱི་མཆན་  
ཉིད། གཞན་དོན་དུ་ཇོགས་བྱང་གི་རྒྱ་པར་ཕྱིན་དུག་ལ་འཇུག་པའི་འདུན་  
པ་གཉིས་ལྡན་གྱི་སེམས། འཇུག་སེམས་ཀྱི་མཆན་ཉིད། གསུམ་པ་བསྐྱབ་  
བྱ་ལ་དབྱེ་ན་གཉིས། སྦྱོན་སེམས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ། འཇུག་སེམས་ཀྱི་བསྐྱབ་  
བྱའོ། །དང་པོ་སྦྱོན་སེམས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་ལ་དབྱེ་ན་པོ་ནི། སེམས་ཅན་སྦྱོས་  
མི་གཏོང་བ། སེམས་དེའི་ཡན་ཡོན་དྲན་པ། ཆོགས་གཉིས་བསགས་པར་

གྲུ་བ། གྲུ་སེམས་ཡང་ཡང་དུ་སྒྲུང་བའོ། །དང་པོ་སེམས་ཅན་སྒྲོས་མི་  
 གཏོང་བ་ནི། མ་དྲོས་པས་ཁྱས་པའི་མདོ་ལས། གྲུ་རྒྱུ་སེམས་དཔལ་  
 ཆོས་ཅིག་དང་ལྡན་ན། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཆོས་དང་ལྡན་པའི་སངས་  
 རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་ཡོངས་སུ་འཛིན་ཏེ། ཆོས་གཅིག་པོ་གང་ཡིན་ཞེ་ན།  
 སེམས་ཅན་སྒྲོས་ཡོངས་སུ་མི་གཏོང་བའི་སེམས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་  
 དུ། རང་ལ་ཡན་འདྲིགས་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་གྲུ་སེམས་ག་ལ་འཆོར་  
 ཏེ་མི་འཆོར་མོད། རང་ལ་མི་སྟན་པའི་གཏམ་སྒྲ་ཆོགས་དང་བསམ་སྦྱོར་  
 ངན་ལྡན་གྱི་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་འཆོར་དྲིགས་ཡོད་པས། དེ་ལ་སྤྱིང་ཇེ་  
 སྒྲེབ་སོགས་ཡན་བདེ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །གཉིས་པ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་ཡན་  
 ཡིན་དྲན་པའི་བསྐྱབ་བྱ་ནི། ཇི་སྐད་དུ། ལམ་སྒྲོན་ལས།

དེ་ལྟར་སྒྲོན་པའི་སེམས་དག་ནི། །

བསྐྱེད་པའི་ཡིན་ཏན་གང་ཡིན་པ། །

དེ་ནི་སྤྱིང་པོ་བཀོད་པ་ཡི། །

མདོ་ལས་བྱམས་པས་རབ་དུ་བཤད། །

ཅེས་གསུངས་པའི་དོན་ནི་སྤྱིང་པོ་བཀོད་པའི་མདོ་ལས། སེམས་  
 བསྐྱེད་པའི་ཡན་ཡིན་ཉིས་བརྒྱ་སུམ་ཅུ་ཅམ་གསུངས་པ་དེ་བསྐྱུས་ན། སྒྲོ་  
 ཆེན་པོ་བཞི་ལ་འདུས་པ་ཡིན་ཏེ། རིགས་ཀྱི་བྱ་བྱང་རྒྱུ་གྱི་སེམས་ནི། རང་  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ས་ཡོན་ལྟ་བུའོ། །ཞེས་པ་ནི་རང་དོན་

འབྲུང་པའི་ཕན་ཡོན་ནོ། །འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་སྒྲིབ་པས་གནས་  
 ལྟ་བུའོ། །འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་བརྟེན་པས་རྟེན་ལྟ་བུའོ། །ཞེས་པ་ནི་གཞན་  
 རོན་འབྲུང་པའི་ཕན་ཡོན་ནོ། །ཉོན་མོངས་པའི་དག་ལས་ཀྱལ་པར་བྱེད་  
 པས་མདུང་ལྟ་བུའོ། །སྤྱག་བསྐྱེད་གི་ལྷན་གིང་རབ་ཏུ་གཅོད་པས་སྟ་རེ་ལྟ་  
 བུའོ། །ཞེས་པ་ནི་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་གཅོད་པའི་ཕན་ཡོན་  
 ནོ། །བསམ་པ་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱེད་པས་བུམ་པ་བཟང་  
 པོ་ལྟ་བུའོ། །འདོད་པ་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་སྒྲིབ་པར་བྱེད་པས་ཡིད་བཞིན་  
 གི་ནོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ་ལྟ་བུའོ། །ཞེས་པ་ནི་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་  
 འབྲུབ་པའི་ཕན་ཡོན་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་བུའི་ཕན་ཡོན་ཉག་ཏུ་བྲན་པར་བྱ་ཞིང་།  
 ཐན་ཐུན་ཆོད་ཀྱི་ནང་ཁོངས་སུ་ཡང་ལན་རེ་བྲན་པར་བྱའོ། །གསུམ་པ་ཆོག་ས་  
 གཉིས་བསག་པར་བྱ་བ་ནི། ཇི་སྐད་དུ། ལམ་སྒྲོན་ལས།

བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་རང་བཞིན་གྱི། །

ཆོག་ས་ནི་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ཡི། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཆོག་ས་གཉིས་གསོག་པའི་རྒྱ་གང་རུང་ལ་  
 དུས་ཀྱན་འབད་པར་བྱའོ། །བཞི་པ་བྱང་མེམས་ཡང་ཡང་དུ་སྒྲུང་བའི་བསྐྱེད་  
 བྱ་ནི། ཇི་སྐད་དུ། ལམ་སྒྲོན་ལས།

བྱང་རྒྱུ་སྒྲོན་པའི་མེམས་དག་བསྐྱེད་ནས་ནི། །

འབད་པ་མང་པོས་ཀྱན་ཏུ་སྒྲེལ་བྱ་ཞིང་། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་  
འདོད་པའི་སྒྲོས་ཉིན་ལན་གསུམ་མཚན་ལན་གསུམ་དུ་བསམ་པ་འདྲ་། ཡང་  
ན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཆོ་ག་རྒྱས་པ་མ་བུང་ན། སངས་རྒྱས་ཆོས་ཆོགས་མ་  
ལན་གསུམ་རེ་འདོན་ཞིག་རང་གི་ལུས་ལོངས་སྤྱོད་དུས་གསུམ་གྱི་དགེ་བ་  
ཐམས་ཅད་གཞན་ཡན་གྱི་དོན་དུ་བསྒྲུབ་པར་བྱའོ། །གཉིས་པ་འཇུག་སེམས་  
བསྐྱེད་པའི་བསྐྱབ་བྱ་ལ་དབྱེ་ན་དུག་ཡོད་དེ། མདོ་ལྡན་རྒྱན་ལས།

དབུལ་བ་འདོར་བར་བྱེད་པ་དང་། །

བསེལ་བ་ཐོབ་དང་ཁྱོ་བཟོད་དང་། །

མཆོག་སྦྱར་བ་དང་ཡིད་འཛིན་དང་། །

དོན་དམ་ཤེས་པའི་ཕྱིར་བཤད་དོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་  
རོ། །

དང་པོ་སྦྱིན་པ་ནི། ཟང་ཟེང་གི་སྦྱིན་པ། མི་འཛིགས་པའི་སྦྱིན་  
པ། ཆོས་ཀྱི་སྦྱིན་པའོ། །དང་པོ་ནི། གང་ཟག་གཞན་ལ་སྤྱིང་ཐག་པ་ནས་  
ཟང་ཟེང་གཏོང་བའི་བསམ་པའོ། །གཉིས་པ་ནི། རྒྱལ་པོ་སྤྲོས་ཀྱིས་དབང་  
ཤུགས་དྲག་པོས་སྤྲོག་དང་འགག་ལ་ཉེར་བའི་འཛིགས་པ་ལས་སྦྱོབ་པའོ། །  
གསུམ་པ་ནི། ཟུང་དོར་གྱི་གནས་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་སྟོན་པའོ། །གཉིས་  
པ་ཚུལ་བྲིམས་ནི། རྣམ་པའི་ཚུལ་བྲིམས། དགེ་བ་ཆོས་སྤྱད་ཀྱི་ཚུལ་བྲིམས།  
སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་ཚུལ་བྲིམས་སོ། །དང་པོ་ནི། སྤྲོ་བར་བྱང་སེམས་

གསང་སྒྲགས་གསུམ་གྱི་སྒྲིམ་པའི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་སྤང་བའི་སྤང་སེམས་སོ།  
 །གཉིས་པ་ནི། སྤྱིན་སོགས་པར་ཕྱིན་དུག་ལ་སོགས་པའི་དགེ་བ་ལ་དམིགས་  
 བསའི་དག་རང་ལ་མ་སྦྱེས་པ་ནམས་སྦྱེད་ཅིང་སྦྱེས་ཟིན་མི་ཉམས་པ་གོང་དུ་  
 གྲེལ་བར་བྱེད་པའོ། །གསུམ་པ་ནི། སེམས་ཅན་རྣམ་པ་བརྒྱ་གཅིག་གི་  
 དོན་ལ་དམིགས་བསའི་དག་གི་འདི་དང་བྱི་མའི་དོན་རྣམས་ཁ་ན་མ་ཐོབ་མེད་  
 པར་ཇི་ལྟར་རིགས་པར་བསྐྱབ་པ་ཞིག་ལའོ། །གསུམ་པ་བཟོད་པ་ནི། ཇི་  
 མི་སྦྱམ་པའི་བཟོད་པ། རྒྱག་བསྐལ་དང་དུ་ལེན་པའི་བཟོད་པ། ཆོས་ལ་  
 དེས་སེམས་ཀྱི་བཟོད་པ་དང་གསུམ་མོ། །དང་པོ་ནི། སེམས་ཅན་སྤྱི་ཞིག་  
 གིས་རང་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པ་ལ་ཇི་མི་སྦྱམ་པའི་བཟོད་པའོ། །གཉིས་པ་ནི།  
 རང་ལ་རྒྱག་བསྐལ་ཅི་བྱུང་བམས་ཅད་དང་དུ་ལེན་པའི་བཟོད་པའོ། །གསུམ་  
 པ་ནི། ཆོས་ལ་དེས་པར་སེམས་པ་ལ་མོས་པ་གིན་དུ་གནས་པའོ། །བཞི་  
 པ་བཙོན་འགྱུས་ནི། གོ་ཆའི་བཙོན་འགྱུས། དགེ་བའི་ཆོས་སྤྱད་པའི་བཙོན་  
 འགྱུས། སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་བཙོན་འགྱུས་སོ། །དང་པོ་ནི། རྩ་ན་  
 མེད་པའི་བྱང་རྒྱུ་ཐོབ་པའི་བྱིར་དུ་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་པ་ལ་སྤྱིང་སྤྱོད་ས་་  
 ཞུས་པ་མེད་པའི་སྤྱོད་པའི་བསམ་པའོ། །གཉིས་པ་ནི། བར་ཕྱིན་དུག་འགྱུ་བ་  
 པའི་ཐབས་ལ་ཡང་དག་པར་བཙོན་པའོ། །གསུམ་པ་ནི། དོན་བྱ་བ་བརྒྱ་  
 གཅིག་ལ་ཇི་ལྟར་བཞིན་འབད་པའི་བཙོན་འགྱུས་སོ། །ཇུ་པ་བསམ་གཏན་  
 ནི། བདེ་བ་གནས་པའི་བསམ་གཏན། ཡོན་ཏན་བསྐྱབ་པའི་བསམ་གཏན།

སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་པའི་བསམ་གཏན་ནོ། །དང་པོ་ནི། དེ་ལ་མཉམ་པར་  
 བཞག་ན་ལུས་སེམས་ལས་སུ་རུང་བ་བྱེད་པའི་བསམ་གཏན་རྣམས་སོ།  
 །གཉིས་པ་ནི། མངོན་ཤེས་དང་། རྣམ་ཐར་སྒྲོགས་ལུས་དང་། ཟད་པ་དང་།  
 ཟེལ་གཞོན་སོགས་ཉན་ཐོས་དང་ཐུན་མོང་བའི་ཡིན་ཏན་སྐྱབ་པའི་བསམ་  
 གཏན་རྣམས་སོ། །གསུམ་པ་ནི། བྱང་ས་ལས་དོན་བྱ་བ་བརྒྱ་གཅིག་གི་  
 དོན་རྣམས་སྐྱབ་པའི་བསམ་གཏན་ནོ། །དུག་པ་ཤེས་རབ་ནི། འཇིག་རྟེན་  
 པའི་ཤེས་རབ། འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པ་དམན་པའི་ཤེས་རབ། འཇིག་  
 རྟེན་ལས་འདས་པ་ཆེན་པོའི་ཤེས་རབ་དང་གསུམ་ལས། དང་པོ་ནི། གསོ་  
 བ་རིག་པ། གཏན་ཆོགས་རིག་པ། སྐྱ་རིག་པ། བཟོ་རིག་པ་བཞི་ལ་བརྟེན་  
 རས་སྐྱེས་པའི་ཤེས་རབ་གང་ཡིན་དེ་ཉིད་ལ་གོ་བར་བྱའོ། །གཉིས་པ་འཇིག་  
 རྟེན་ལས་འདས་པ་དམན་པའི་ཤེས་རབ་ནི། ཉན་ཐོས་དང་རང་རྒྱལ་དག་  
 གི་ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་གསུམ་ལས་བྱུང་པའི་ཤེས་རབ་ཡིན་ཏེ། ཟག་བཅས་  
 ཉེར་ལེན་གྱི་ཡུང་པོ་འདིར་མི་གཙང་བ་དང་། རྒྱག་བསྐལ་བ་དང་། མི་  
 རྟག་པ་དང་། བདག་མེད་པར་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དེ་ཡིན་པའི་ཁྱེར། ད་  
 ནི་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པ་ཆེན་པོའི་ཤེས་རབ་ལ་རུང་བ་དང་བྱེད་པ་ན། ཇི་  
 རྒྱུད་དུ། ཇོ་བོ་ཇི་ཨ་ཏི་གའི་ལམ་སྒྲོན་ལས།

བྱང་པོ་ཁམས་དང་སྐྱེ་མཆེད་རྣམས། །

སྐྱེ་བ་མེད་པར་རྟོགས་གྱུར་པའི། །

རང་བཞིན་སྒྲོང་ཉིད་ཤེས་པ་ལ། །

ཤེས་རབ་ཅེས་ནི་ཡོངས་སུ་བཤད། །

ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། དེ་འདྲ་བའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་དོན་འཆད་པ་ལ་  
གསུམ་ཡོད་དེ། དངོས་ཀྱི་ཡོད་པ་དགག་པ་དང་། མེད་པ་དགག་པ།  
གཉིས་ཀ་དགག་པ་ལོ། །དང་པོ་ནི། རང་ཅག་ནམས་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ས་  
གཞིའི་སྒྲོང་དུ་དངོས་པོ་ཀྱན་ལ་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་ཡོད་པ་ཡིན། བདེན་པ་ཡིན།  
མཚན་མ་ཡིན་སྟེ་པའི་སྒྲོང་དང་འབྲེལ་བའི་དབང་གིས་ཉེས་སྒྲིན་འདི་དག་  
ཐམས་ཅད་རང་ལ་འབྱུང་བ་ཡིན་དེ། ཚད་མ་ནམ་འབྲེལ་ལས།

བདག་ཡོད་ན་ནི་གཞན་དུ་ཤེས། །

བདག་གཞན་ཆ་ལས་འཛིན་དང་སྤང་། །

འདི་དག་དང་ནི་ཡོངས་འབྲེལ་ལས། །

ཉེས་པ་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་

སོ། །

རང་ཅག་གི་རྒྱུད་ལ་སྟེས་བཞོག་མ་མེད་པའི་དུས་ནས་གོམས་པའི་  
བདེན་འཛིན་གྱི་སྒྲོལ་ས་རང་ངོས་ཉིད་མེད་པ་མིན་ན་ཡོད་པ་ཡིན་དགོས། ཡོད་  
པ་མིན་ན་མེད་པ་ཡིན་དགོས་སྟེ་པའི་གོམས་འདྲིས་སུ་གྱུར་བས། དེ་གཉིས་  
ལས་གཞན་པའི་ཟབ་གནས་ཞིག་ལ་གོམས་པ་སྒྲིམ་ཤེས་པས་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་  
རོ་སྟེ་ན། རང་རེའི་སེམས་འདིའི་ངོས་ལ་ཡོད་མེད་གཉིས་ལས་ལྷག་པ་

ཞིག་གཞན་ངོ་མི་ཤེས་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱི་མི་སྤྲོད་པ་དང་མེད་པ་ག་ལ་ཡིན།  
 དཔེར་ན། བྱིས་ཞིག་གི་ནང་དུ་མི་ངོ་ཤེས་པ་གཉིས་ཡོད་པར་ཐག་ཆོད། དེ་  
 གཉིས་ལས་གཞན་ངོ་མི་ཤེས་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས། མི་གཉིས་པོ་གཅིག་མིན་  
 ན་གཅིག་ཡིན་དགོས་ཞེས་ལུ་ཚུགས་བྱེད་པ་དང་འདྲའོ། །རང་རེའི་སེམས་  
 འདི་ཡོད་མཐའ་དང་མེད་མཐའ་གཉིས་ཀའི་སྤྲོད་དུ་རེས་མོས་ཀྱིས་གནས་  
 པ་མ་གཏོགས། དེ་གཉིས་ལས་གཞན་གང་གི་སྤྲོད་དུ་མི་གནས་པ་དེ་དྲག་  
 ཆད་གྱི་མཐའ་གཉིས་གང་རུང་ལ་རྩུང་བ་ཞིག་མ་ཡིན་ནམ་སྙམ་སྟོ། །དབུ་  
 མའི་ལམ་ནི་ཡོད་མེད་གཉིས་ཀྱི་དབུས་དེ་ལ་རྩེར་བ་སྟོན་པ་བཀའ་བྲིན་ཅན་  
 གྱིས་ཤིན་ཏུ་གསལ་བར་གསུངས་ཏེ། འོད་སྤང་གི་ལེའུ་ལས། འོད་སྤང་  
 ཡོད་ཅེས་བྱ་བ་འདི་ནི་མཐའ་གཅིག་གོ། མེད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་མཐའ་གཉིས་  
 པའོ། དེ་གཉིས་ཀྱི་དབུས་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་དབུ་མའི་ལམ་བཟོད་དུ་མེད་  
 པ། བསམ་དུ་མེད་པ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་ཤིང་། གཞན་ཡང་མདོ་དགོན་  
 མཆོག་བརྟེན་པ་ལས།

ཡོད་དང་མེད་ཅེས་བྱ་བ་ཅོད་པ་སྟེ། །

གཙང་དང་མི་གཙང་འདི་ཡང་ཅོད་པ་ཡིན། །

ཅོད་པར་གྱུར་པས་སྤྱག་བསྐལ་ཞི་མི་འགྱུར། །

ཞེས་དེ་ལ་སོགས་པ་གསལ་བ་དུ་མ་གསུངས་སོ། །འཇིག་རྟེན་གྱི་  
 དངོས་པོ་ཀུན་ཆོས་ཅན། བདེན་མེད་ཡིན་ཏེ། རྟེན་འབྲེལ་སྤྱུ་མ་ཙམ་ཡིན་



པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན། ཁྱེད་རང་གི་མདུན་ན་ཡོད་པའི་དཀར་ཡོལ་དེ་ལ་  
 མཛུབ་མོ་ཞིག་བཙུགས་ཏེ། འདི་དཀར་ཡོལ་ཡིན་དང་མིན་ཞེས་ངུ་བ་ན།  
 དཀར་ཡོལ་ཡིན་ཟེར་བར་ཁྱེད་ཀྱིས་ཐག་བཅད་པའི་ཆོམ་ན། མདུན་ན་ཡོད་  
 པ་དེ་ཆོས་ཅན། དཀར་ཡོལ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དཀར་ཡོལ་གྱི་མིང་  
 གདགས་པའི་གཞི་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མདུན་ན་ཡོད་པ་དེ་དཀར་ཡོལ་མ་ཡིན་  
 ཟུམ་པོ་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་ཆོས་ཅན། ཟུམ་པོ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཟུམ་པོའི་  
 མིང་གདགས་པའི་གཞི་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མདུན་ན་ཡོད་པ་དེ་ཟུམ་པོ་མ་ཡིན་  
 མདུན་ན་གནས་པ་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་ཆོས་ཅན། མདུན་ན་གནས་པ་མ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། དེ་མདུན་ན་གནས་པའི་གདགས་གཞི་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དཔེ་  
 དེ་བཞིན་དུ། མིང་གདགས་པའི་གཞི་དཀར་ཡོལ་ལྟ་བུ་དང་སྤྱོད་པའི་ཆོ།  
 མཐར་འདི་ཡིན་འདི་མིན་སྟགས་ཀྱི་ཁས་ལེན་ཅི་ཡང་འཇོག་དུ་མེད་པའི་མིང་  
 གི་གདགས་གཞི་དང་མིང་གི་གདགས་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་སྟོང་པས་གནད་  
 ཀྱི་ལྟེ་བ་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་མ་ཐུག་གི་བར་དུ་ཤེས་བྱ་ཀུན་ལ་དཔུང་ཞིབ་དགོས་  
 པ་གལ་འགངས་ཆེའོ། །གཉིས་པ་མེད་པར་དགག་པ་ནི། འོན་དངོས་པོར་  
 ལྟ་བུ་ནི་འཁོར་པའི་རྩ་བ་ཡིན་ན། དངོས་མེད་དུ་བལྟས་ན་འཁོར་བ་ལས་  
 སྟོལ་བར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནམ་སྟམ་ན། མེད་པར་ལྟ་བུ་ཆད་ལྟ་བུ་ལྟར་བ་ཡིན་  
 ཏེ། རི་སྐད་དུ། དཔལ་མགོན་ཕྱ་སྐྱབ་ཀྱིས་རིན་ཆེན་ཕྱེད་བ་ལས།  
 སྟོང་བ་ཉིད་ལ་ལྟ་ཉེས་ན། །

ཤེས་རབ་མུང་ནམས་ཡུང་བར་འགྱུར། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ལྷོང་ཉིད་ཀྱི་དོན་ལ་ལྟ་མི་ཤེས་པའི་བྱ་ན་  
པོ་རང་ཞེན་ཆེ་བ་འགས། ཡོད་པ་མ་ཡིན་ན་མེད་པ་ཡིན་དགོས་སྒྲམ་ནས་  
ཆོས་ཐམས་ཅད་ཅི་ཡང་མེད་དེ་ཞེས་སྒྲུབ་ནི། རང་གཞན་གཉིས་སྤང་གི་  
ལམ་ལ་རང་ཡང་འགོ་གཞན་ཡང་བྲིད་པ་ཙམ་དུ་བྱེད་དེ། ཇི་སྐད་དུ་རིན་  
ཆེན་སྤང་བ་ལས།

ཡོད་པ་པོ་ནི་བདེ་འགྱོར་འགྲོ། །

མེད་པ་པོ་ནི་ངན་འགྱོར་འགྲོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

གསུམ་པ་ཡོད་མེད་གཉིས་ཀ་ནི། ཉག་ཆད་ཀྱི་མཐའ་གཉིས་སུ་ལྷུང་  
བ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། ཇི་སྐད་དུ། དབུ་མ་ཅ་བ་ཤེས་རབ་ལས།

ཡོད་ཅེས་བྱ་བར་ཉག་པར་ལྟ། །

མེད་ཅེས་བྱ་བ་ཆད་པར་ལྟ། །

ཞེས་དང་། རིན་ཆེན་སྤང་བ་ལས།

དེ་ལྟར་སྒྲུམ་ལྟ་བུ་ཡི། །

འཇིག་རྟེན་ཡོད་པ་ལམ་མེད་པ་ཞེས། །

འཇིན་པ་དེ་ནི་ཚོངས་པ་སྟེ། །

ཚོངས་པ་ཡོད་ན་མི་གྲོ་ལ་ལོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཐོས་བསམ་ལ་བརྩོན་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་རལ་གྲིས་བདེན་གཉིས་ཀྱི་

དོན་ལ་བདར་ག་མ་ཆོད་པའི་དེང་སང་གི་སྒྲིངས་པ་འགའ་གས་ཀྱིས། ཆོས་  
 ཐམས་ཅད་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུ། མི་ལམ་ལྟ་བུ། ལྷ་མ་ལྟ་བུ་ཡིན་ཟེར་བ་དེ།  
 ལྷ་མ་ལ་རང་བཞིན་གྱི་མ་གྲུབ་པའི་དཔེ་ཡིན་པ་མ་ཤེས་ནས། གཏན་ནས་  
 མེད་པ་ཞིག་དུ་གོ་བ་བྱངས་ཏེ་རང་གིས་སྒྲིམ་པར་མ་ཟད། གཞན་ལ་སྤེལ་  
 བཞི་ལྟ་རང་མགོ་མི་ཐོན་སར་འདྲེ་སྐྱེ་བྱུངས་བཞིན་ཞེས་པའི་དཔེ་དང་མཚུངས་  
 སོ། ། ཁྱིམ་རྟག་ཆད་ཀྱི་མཐའ་གཉིས་ཀ་ལ་ལྷུང་ན་སྒྲིན་ཆེ་སྟེ། དབུ་མ་རིན་  
 ཆེན་ཕྱང་བ་ལས།

གང་ཆེ་དངོས་པོ་མི་རྟོན་པ། །

དེ་ཆེ་དངོས་མེད་ག་ལ་འགྱུར། ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

འགའ་ཞིག་ཡོད་འདྲིན་ལ་སྒྲིམ་ཆེ་བས་རྟག་མཐར་ལྷུང་བ་ཡོད་དེ།  
 ཐག་རྟོགས་འདམ་དབྱངས་སྒྲོ་བོས་ཀྱིས། ལྷོང་ཉིད་སྒྲིན་པོར་མཐོང་ཚུལ་  
 རང་གི་བླ་མ་པ་ཁ་ལ་ཁུ་བཞི་རྟག་མཐར་ལྷུང་བའི་རང་མཆོང་བརྟོལ་བ་ཡིན་  
 ཅོ། ལྷ་ཆོས་ཅན་དུ་བཟུང་ན་རྟག་པ་ཡིན་པར་དམ་བཅའ་བ་དང་། ལྷོང་  
 ཉིད་སྒྲིན་པོ་མཐོང་བའི་གང་ཟག་དེ་ལ་སྒྲིང་རྟོག་གི་སྐྱེ་སྐྱེས་པ་ཡིན་པས་རྟོང་  
 རེ་རྟེ། ཇི་སྐད་དུ། ཅ་བ་ཤེས་རབ་ལས།

དེ་ཕྱིར་ཡོད་དང་མེད་པ་ལས། །

མཁས་པས་གནས་པར་མི་བྱའོ། །

ཞེས་གསུངས་པ་དང་། མཛོན་རྟོགས་བྱུན་ལས།

འདི་ལ་བསལ་བྱ་ཅི་ཡང་མེད། །

བཞག་པར་བྱ་བ་རུང་ཟད་མེད། །

ཡང་དག་ཉིད་ལ་ཡང་དག་ལྟ། །

ཡང་དག་མཐོང་ནས་ནམ་པར་གྲོལ། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། གཞི་དངོས་པོ་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་ལ།  
འདི་ནི་ཀ་བ་འདི་ནི་བུམ་པ་ཟེར་བ་སོགས་མིང་བཏགས་པས་ཡུལ་དེར། རེ་  
རེ་ནས་བཏགས་དོན་ཞིབ་དུ་བཅལ་བའི་ཆོ། དེ་ཆོས་ཅན། དེ་ཡིན་ཏེ་ཟེར་  
བ་ན། འདི་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བཟོད་དུ་མ་རྟོག་པ་ཞིག་དགོས་ལ། དེ་  
འདྲའི་ལུང་རིགས་ཀྱི་མ་མེད་པས་དཔྱད་ཞིབ་ནས་དག་གིས་དྲག་ཆད་ཀྱི་མཐའ་  
དང་བྲལ་བའི་དེན་འབྲེལ་སྟོང་པ་དང་སྟོང་པ་དེན་འབྲེལ་གྱི་རོ་བོར་རོ་གཅིག་  
དུ་ཤར་བའི་གནད་ཅིག་ལ་ཐུག་པ་དེ། འཁོར་བའི་རྩ་བ་ཆོད་པའི་ལམ་གྱི་  
འགག་མདོ་ལྟེ་བ་ཞིག་ལ་སྐྱབས་པ་མ་ཡིན་ནམ་སྙམ་སོ།

འདིར་སྒྲས་པ།

ཐབ་དང་རྒྱ་ཆེ་འོ་མའི་མཆོ་འདི་ལ། །

ལུང་དང་རིགས་པས་བདར་ཤ་བསྐྱབས་པ་ལས། །

ཡོད་མེད་མཐའ་བཞི་བྲལ་བའི་ཉིང་ཁུ་མཆོག །

ཐབ་མོ་ལྟ་བའི་གནད་འདིར་ཀུན་གྱིས་བཙོན། །ཞེས་བར་སྐྱབས་

ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་པའོ། །

བཞི་པ་བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་ཡན་ཡོན་བཤད་པ་ལ་གསུམ། བྱང་  
 ཆུབ་སེམས་སྤྱི་ཡན་ཡོན། སྒོན་སེམས་ཀྱི་ཡན་ཡོན། འདུག་སེམས་ཀྱི་  
 ཡན་ཡོན་ནོ། །དང་པོ་ནི། དགེ་བ་གཞན་ལས་བྱུང་པར་འཕགས་པའི་ཡན་  
 ཡོན། མིང་དོན་གནས་འགྱུར་པའི་ཡན་ཡོན། ཡན་ཡོན་དཔེའི་སྒོ་ནས་  
 བརྟན་པ་དང་གསུམ་ལས། དང་པོ་རང་རེ་ནམས་ཀྱི་སྒོ་ལ་དགེ་བ་སྐྱབ་འདོད་  
 ནི་སྒོག་འགྱུ་བ་ལྟར་ཉམས་སྟོབས་ཆུང་ཞིང་། དུས་དྲག་དུ་སྤྱིག་པ་མི་དགེ་  
 བ་སྟོབས་རྒྱས་ཆེན་པོས་ངན་སོང་དུ་འཕྲེན་ཞིང་གིན་དུ་མི་བཟོད་པའི་སྤྱག་  
 བསྐལ་དེ་ཉིད། འཛོམས་པའི་སྤྱིང་པོ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་འདི་མ་གཏོགས་  
 པ་དགེ་བ་གཞན་གང་གིས་ཀྱང་བྱིས་གོམ་མི་རྒྱས་ཏེ། ཇི་སྐད་དུ། སྤྱིང་  
 འདུག་ལས།

དེ་ལྟས་དགེ་བ་ཉམ་ཆུང་ཉིད་ལ་དྲག །

སྤྱིག་པ་སྟོབས་ཆེན་གིན་དུ་མི་བཟོད་པ། །

དེ་ནི་ཇོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་མིན་པ། །

དགེ་གཞན་གང་གིས་བྱིས་གོམ་གོམ་པར་འགྱུར། །

ཞེས་དེ་ལ་སྤྱོད་པ་མང་དུ་གསུངས་སོ། །གཉིས་པ་མིང་དོན་གནས་  
 འགྱུར་པའི་ཡན་ཡོན་ནི། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དེ་རང་རྒྱུད་ལ་སྐྱེས་མ་ཐག་  
 དུ་འཁོར་པའི་བཙོན་རའི་ནང་དུ་ཉམ་ཐག་པའི་སྤྱག་བསྐལ་ཀྱན་ལས་གྲོལ་  
 ཞིང་། དེ་མ་ཐག་དུ་བདེ་གཤེགས་ནམས་ཀྱི་ཐུགས་སྤྲས་བྱང་ཆུབ་སེམས་

དཔའ་ཞེས། མཚན་བཟོད་པ་ཅམ་ནས་འཇིག་རྟེན་གྱི་དང་མི་དང་གླ་མ་ཡིན་  
དང་བཅས་པ་ཀུན་གྱིས། དུག་བྱ་བའི་འོས་སུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ཏེ། སྤྱོད་  
འཇུག་ལས།

བྱང་ཆུབ་སེམས་སྦྱེས་ཀྱི་ན་སྐད་ཅིག་གིས། །

འཁོར་བའི་བཙོན་རར་བསྐྱམས་པའི་ཉམ་ཐག་ནམས། །

བདེ་གཤེགས་ནམས་ཀྱི་སྤྲུལ་ཞེས་བཟོད་བྱ་ཞིང་། །

འཇིག་རྟེན་གྱི་མིར་བཅས་པའི་དུག་བྱར་འགྱུར། །ཞེས་

གསུངས་སོ། །

གསུམ་པ་དཔེ་གསེར་འགྱུར་གྱི་ཕྱི་འོས་ལོན་ནི། སྤྱོད་འཇུག་ལས།

གསེར་འགྱུར་ཅི་ཡི་ནམ་པ་མཚོག་ཏུ་བྱ། །

མི་གཙང་ལུས་འདི་བྱང་ས་ནས་ཀྱལ་བའི་སྤྱ། །

རིན་ཆེན་རིན་ཐང་མེད་པར་སྦྱར་བས་ན། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་ཞེས་བྱ་བར་རབ་བརྟན་བཟུང་། །ཞེས་

གསུངས་སོ། །

ཕན་ལོན་རིན་པོ་ཆེ་དཔེ་སྤྲོན་ས་བསྟན་པ་ནི། འཁོར་བའི་ཀྱ་མཚོའི་

ཕ་རོལ་ཏུ་འགྲོ་བར་འདོད་པས་སེམས་ཅན་ནམས་ཀྱི་ལམ་སྟོན་བྱེད་པའི་དེད་

དཔོན་དང་འདྲ་བ་བྱང་ཆུབ་སེམས་འདི་ཡིན་ཏེ། སྤྱོད་འཇུག་ལས།

འགྲོ་བའི་དེད་དཔོན་གཅིག་ཕུ་ཆད་མེད་གྲོས། །

ལེགས་པར་ཡོངས་སུ་བརྟགས་ན་རིན་ཆེན་བས། །

འགྲོ་བའི་གནས་དང་བྲལ་བར་འདོད་པ་ནམས། །

རིན་ཆེན་བྱང་ཆུབ་སེམས་ལེགས་བརྟན་པོར་གཟུང་། ། ཞེས་  
གསུངས་སོ། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱིས་མ་ཟིན་པའི་ཕྱག་བསྐྱར་སྤྱོད་སྤྱང་སོགས་ཐར་  
པ་ཆ་མཐུན་གྱི་དགེ་པའི་འབྲས་བུ་ནི། རྒྱ་མིང་སྤྱོད་པོ་ལས་སྤྱོད་པའི་འབྲས་  
བུ་ལན་གཅིག་སྟེན་ནས། ཅུ་བ་ཟད་དེ་སྤྱར་མི་སྤྱོད་པ་བཞིན་དུ་ཡིན་ཞིང་།  
བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱིས་ཟིན་པའི་དགེ་བཞི་དཔག་བསམ་གྱི་ཚྲོན་མིང་གི་འབྲས་  
བུ་དང་འབྲ་བར། ཇི་སྲིད་ཡོངས་སྤྱོད་པ་ན་དེ་སྲིད་དུ་གོང་འཕེལ་འགྱུར་  
བ་ཡིན་ཏེ། སྤྱོད་འཇུག་ལས།

དགེ་བ་གཞན་ཀུན་རྒྱ་མིང་བཞིན་དུ་ནི། །

འབྲས་བུ་བསྐྱེད་ནས་ཟད་པར་འགྱུར་བ་ཉིད། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་ཚྲོན་མིང་རྟག་པར་ཡང་། །

འབྲས་བུ་འབྲིན་པས་མི་ཟད་འཕེལ་བར་འགྱུར། ། ཞེས་  
སོགས་གསུངས་སོ། །

གཉིས་པ་སྟོན་སེམས་བསྐྱེད་པའི་ཕན་ཡོན་ནི། མདོ་དང་བསྟན་  
བཅོས་དག་ལས་མིན་དུ་མང་བ་གསུངས་མོད་ཀྱི། ལྷག་པོར་རིགས་པས་  
བསྐྱབ་པ་དང་ལུང་གིས་བསྐྱབ་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི་སྤྱོད་འཇུག་ལས།

སེམས་ཅན་ནམས་ཀྱི་ལྷན་ནད་ཙམ། །  
 བསལ་ལོ་སྒྲུབ་དུ་བསམས་ན་ཡང་། །  
 ཕན་འདོགས་བསམ་པ་དང་ལྡན་ཏེ། །  
 བསོད་ནམས་དཔག་མེད་ལྡན་གྱུར་ན། །  
 སེམས་ཅན་རེ་རེ་མི་བདེ་བ། །  
 དཔག་ཏུ་མེད་པ་བསལ་འདོད་ཀྱང་། །  
 རེ་རེ་འང་ཡོན་ཏན་དཔག་མེད་དུ། །  
 བསྐྱབ་པར་འདོད་པ་སྒྲིམ་ཅི་དགོས། །ཞེས་ཕན་ཡོན་  
 རིགས་པས་བསྐྱབ་པའོ། །

དེ་ལྟ་བུ་འདི་སྤྱི་ཀུན་ལ་ཕན་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་འདི་འདྲ་བ་ནི།  
 ས་དང་མ་དང་ཚངས་པ་ལ་སོགས་པའི་སེམས་ཅན་དེ་དག་ཉིད་ལ། རང་  
 ཉོན་དུ་ཁྱི་ལམ་ཙམ་ཡང་ཁྱིས་མ་སྤྱོད་ན། གཞན་དོན་དུ་དེ་ལྟ་བུ་སྤྱོད་ག་ལ་  
 མྱོད་དེ་མི་མྱོད་དོ། །བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་པའི་བསོད་ནམས་སམ་ཕན་  
 ཡོན་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ། གྲངས་འདི་ཙམ་ཡོད་ཅེས་བརྗོད་མི་ལུས་ཏེ། ཇི་  
 སྐད་དུ། སྤྱོད་འཇུག་ལས།

སའམ་ཡང་ན་མ་ཡང་རུང་། །  
 སུ་ལ་འདི་འདྲའི་ཕན་སེམས་ཡོད། །  
 ལྟ་དང་བྲང་སྤྱོད་ནམས་ཀྱང་རུང་། །



ཚངས་པ་ལ་ཡང་འདི་ཡོད་དམ། །ཞེས་དང་།  
 སེམས་ཅན་དེ་དག་ཉིད་ལ་སྟོན། །  
 རང་གི་དོན་དུ་འདི་འདྲའི་སེམས། །  
 མི་ལམ་དུ་ཡང་མ་མིས་ན། །  
 གཞན་གྱི་དོན་དུ་ག་ལ་སྟེ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །གཞན་  
 ཡང་དཔལ་བྱིན་གྱིས་ཞུས་པ་ལས།  
 བྱང་ཚུབ་སེམས་ཀྱི་བསོད་ནམས་གང་། །  
 གལ་ཏེ་དེ་ལ་གཟུགས་མཆིས་ན། །  
 ནམ་མཁའི་ཁམས་ནི་ཀུན་བཀང་སྟེ། །  
 དེ་བས་ཀྱང་ནི་ལྷག་པར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་སོ། །  
 གསུམ་པ་འདུག་སེམས་བསྐྱེད་པའི་ཕན་ཡོན་ནི། ཉིང་འཛིན་རྒྱལ་  
 སྡེ་ལས།

བྱེ་བ་ཁྲག་བྲིག་གཏམས་པའི་ཁིང་དག་ན། །  
 མཆོད་པ་རྣམས་མང་དཔག་མེད་ཅི་ཡོད་པ། །  
 སྟེས་མཆོག་རྣམས་ལ་ཉིན་རེར་རྟག་མཆོད་པས། །  
 བུམས་པའི་སེམས་ལ་གངས་དང་ཆར་མི་ཡོད། །  
 ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། སེམས་ཅན་གཅིག་ལ་ཕན་བདེ་བསམ་པ་  
 ཅུམ་གྱི་བསོད་ནམས་སངས་རྒྱས་སྟོང་ལ་མཆོད་པ་ལས་བྱུང་པར་འཕགས་

ན། སེམས་ཅན་མ་ལུས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བདེ་དོན་ལ་བརྩོན་པ་སྒྲིམ་ཅི་དགོས།  
 ཞེས་པ་ནས་དེ་འདྲི་བཤེས་ཀྱང་ག་ལ་ཡིད་ཅེས་པའི་བར་གསུངས་སོ། དེ་  
 ལྟར་ཕན་ཡོན་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་རིན་ཆེན་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དེ། ༣༤་  
 གཞན་གྱི་རྒྱུད་ལ་མ་སྐྱེ་བ་སྐྱེ་བར་བྱེད་པ་དང་། སྐྱེས་པ་མི་ཉམས་པ་གོང་  
 འཕེལ་བྱ་བྱེད་པའི་ཐབས་ལ་ཉག་ཏུ་འབད་པ་ནན་ཏན་བྱ་རྩོལ་བར་བྱའོ། །  
 གཉིས་པ་བར་བྱ་ཆོགས་གཉིས་ཀྱི་དགེ་བའི་དངོས་པོ་ཅི་བསགས་པ་ནམས།  
 བརྟེན་བཀྱར་བྲགས་པ་སྒྲིགས་ལ་མོས་ཏེ་བྱེད་པ་དང་། བྱི་མར་རྩ་མེ་མངོན་  
 མཐོའི་གོ་འཕང་ལ་རེ་བས་ཆོགས་བསགས་སྒྲིབ་སྒྱུངས་ལ་རྩོལ་བ་རྩ་བུ་མ་ཡིན་  
 པ། སྒྲིགས་ལ་གྱིས་དགེ་བའི་དངོས་པོ་ཅི་འདྲ་ཞིག་བསྐྱབས་ཀྱང་སེམས་  
 ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བྱིར་དུ། བསྐྱབ་པར་བྱ་སྒྲམ་པའི་དམིགས་པ་གཞན་  
 དོན་ལ་བཞག་སྟེ་རྩོལ་བ་དགོས་པ་ནི་གནད་ཆེའོ། །གསུམ་པ་མཐའ་མ་བྱ་  
 བ་བསྟོ་སྟོན་གྱི་རྒྱས་བཏབ་པ་ནི། ཇི་སྐད་དུ།

ཆོགས་གཉིས་ཡིད་བཞིན་གྱི་ཚོར་བུ་ལ། །

སྟོན་ལམ་གྱིས་བྱི་དོར་མ་བྱས་ན། །

དགོས་འདོད་ཀྱི་འབྲས་བུ་མི་འབྱུང་བས། །

མཇུག་བསྟོ་བ་འདི་ལ་ནན་ཏན་མངོད། །

ཅེས་པ་ལྟར། བསྟོ་སྟོན་གཉིས་ཀྱིས་བྱི་དོར་ལེགས་པ་མ་བྱས་ན།

འབྲས་བུ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་གོ་འཕང་འཇུག་པའི་དགེ་ཅི་འདི་ལ་ཆགས་སྒྲུང་སྒྲིགས་

བར་ཆད་ཀྱི་དབང་དུ་ཤོར་ཉེན་ཤིན་ཏུ་ཆེ་ཞིང་། དགེ་ཅེ་ཇི་སྟེད་ཅིག་ཡོད་  
པ་ཐམས་ཅད་སྒྲུ་མེད་རྫོགས་བྱུང་དུ་ཡོངས་སུ་བསྡོམ་པའི་དགེ་བ་མི་ཟད་ཅིང་  
གོང་དུ་འཁོལ་བར་འགྱུར་ཏེ། སྒྲོ་བློས་མི་ཟད་པའི་མདོ་ལས།

ཇི་ལྟར་ཚུ་ཐིགས་ཀྱི་མཆོ་ཆེ་ནང་ལྷུང་། །

ཀྱི་མཆོ་མ་ཟད་བར་དུ་དེ་མི་ཟད། །

དེ་བཞིན་བྱང་ཆུབ་ཡོངས་བསྡོམ་དགེ་བ་ཡང་། །

བྱང་ཆུབ་མ་ཐོབ་བར་དུ་དེ་མི་ཟད། །ཅེས་གསུངས་སོ།།

དེ་ལ་བསྡོམ་པོ་རང་དང་། བསྡོམ་པའི་ཀྱུ་དགེ་བ་དང་། བསྡོམ་པའི་  
ཡུལ་སེམས་ཅན་དང་བཅས་པ་སྤང་ལ་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པ་འཁོར་  
གསུམ་དམིགས་པ་མེད་པའི་ཚུལ་དུ་བསྡོམ་ནི་བསྡོམ་པའི་ཀྱུ་པོ་ཉིད་དོ།  
།འཁོར་གསུམ་དམིགས་མེད་ཀྱི་བསྡོམ་དེ་ལྟ་བུ་མི་ཤེས་ན། སངས་རྒྱུ་  
རྣམས་དང་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་དང་ཀྱན་རྒྱ་བཟང་པོ་ལ་སོགས་པའི་བྱང་  
ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས། ཇི་ལྟར་བསྡོམ་པར་མཛད་པ་དེ་བཞིན་དུ་བདག་  
གིས་ཀྱང་བསྡོམ་པར་བྱ་སྟེ་སྟེ། འཇམ་དཔལ་དཔའ་པོ་སོགས་ནས་དགེ་  
བ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་རབ་དུ་བསྡོམ་ཞིས་པའི་བར་དང་། དུག་འཆོལ་བ་  
དང་ཞེས་པ་ནས་ཐམས་ཅད་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོར་བསྡོམ་ཞིས་པ་  
སོགས། བསྡོམ་ཆོག་མང་ཅུང་ཅི་ཅམ་འདོན་པ་རྣམས་ཆོག་དོན་བྲན་བཞིན་  
པའི་ངང་དུ་བསྡོམ་ནན་ཏན་ཆེན་པོ་བྱེད་དགོས་ཏེ། ཇི་མི་ལ་རས་པས།

བྲག་ལ་སྒྲིམ་པའི་སྒྲིམ་ཆེན་དང་། །

འཆོ་བ་སྦྱར་བའི་ཡིན་བདག་གཉིས། །

སངས་མཉམ་པོར་རྒྱལ་བའི་རྟེན་འབྲེལ་ཡིད། །

རྟེན་འབྲེལ་གྱི་སྒྲིང་པོ་བསྡུ་བ་ཡིན། །

རྗེས་བསྡུ་བ་འདི་ལ་ནན་ཏན་མཛོད། །

ཅེས་འཆོ་བ་སྦྱར་བའི་དགེ་བ་དེས་མཆོན་པའི་དགེ་ཅ་རྣམས་རྫོགས་  
བྱང་ཐོབ་པའི་རྒྱར་བསྡུ་ཞིང་། བྱིས་འབྱུང་བའི་གདུལ་བྱ་རྣམས་དགེ་བ་  
བྱས་པའི་རྗེས་སུ་བསྡུ་བ་ལ་ནན་ཏན་གྱིས་ཤིག་ཅེས་བཀའ་བསྩལ་བའི་བྱིར་  
རོ། །དེ་ལྟར་དགེ་ཅ་གཞན་དོན་དུ་མ་བསྡུས་ན་སྦྱོན་ཅི་ཡོད་སྒྲིམ་ན། སྦྱོན་  
ཡོད་དེ། ཇི་སྐད་དུ།

མ་བསྡུས་པ་དང་ལོག་པར་བསྡུས། །

གཞན་ལ་བསྒྲགས་དང་འགྱུར་བ་བསྡུད། །

དགེ་བ་འཛད་པའི་རྒྱ་བཞི་ཡིན། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། དགེ་ཅ་རྣམས་དེ་མ་ཐག་དུ་མ་བསྡུས་ན་  
ཞེ་སྤང་སོགས་དགེ་བ་འཛད་པའི་རྒྱ་རྒྱེན་འདི་དག་གིས་འཛོམས་པར་འགྱུར་  
རོ། །དེ་ལྟར་མཐུག་གི་བསྡུ་བ་དང་བཅས་པ་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་གྱི་སྦྱོད་  
ལམ་བཟང་པོ་རྣམས་ལ་འཐུག་དགོས་པའི་ཚུལ་གོ་སྤྲོད་ཞུ་བའི་གཞུང་འདི་  
ལ། རྗེས་སུ་མཛོད་པའི་སྒྲིམ་དག་སོགས་ཀྱིས་དབུལ་བ་ཞིག་ཡིན་མོད་

ཀྱི། རོན་གྱི་སྤྱིང་པོ་བཟློད་བྱ་རྣམས་ཆ་ཚང་བ་ཞིག་བཟློད་ཟིན་པ་ལགས་  
སྟེ། །

འདིར་སྒྲུས་པ།

རྒྱལ་པའི་བཟློན་པ་བཅན་གྱི་ཆོས་སུ་བྱངས། །

དད་མོས་བྱ་ཡུལ་རང་དགའི་གང་དེར་བཞག།

རྣམ་དག་ཡིན་ལུགས་རང་གཏམ་དཔང་པོ་འཛོག།

ལོག་ལམ་འབྲིད་བགྱིད་ཆོས་པའི་གཟུགས་བརྟན་མང། །

ཁ་ཕྱིར་ལོག་པའི་ཁྱེད་མེད་ཆོས་སྒྲེལ་བས། །

ཐོག་པོ་ཁེངས་བྱེགས་ཅན་འགའ་སྒྲར་ཁྱེད་དར། །

དེ་དང་ལྟན་ཅིག་བཅར་ག་གཅོད་པ་ཡི། །

གོ་སྐབས་རྟེན་ན་སྒྲུབ་པ་སྤྱིང་དཀྱིལ་ཡོད། །

དག་འདིས་འཇམ་གླིང་ཡངས་པའི་ཆད་ལྗོངས་སུ། །

ལུང་དང་རྟོགས་པའི་བཟློན་པར་གཅེས་འཛིན་པའི། །

སྒྲུབ་ཁས་ཡུན་དུ་གནས་ཤིང་སྦྱེད་གྲུ་ཀྱན། །

དག་པའི་འབྲས་བུ་གསར་པར་ལོངས་སྤྱོད་ཤོག།

ཅེས་སྐབས་སེམས་སྒྲོར་དམིགས་བསལ་རྒྱུ་འབྲིད་དགོས་ཚུལ་བཤད་ལུ་བ་དུ་མས་  
 ནན་བསྐྱལ་ལྟར་རྒྱུ་འབྲིད་ཀྱི་ཞོར་ཟིན་ཁྱིམ་སུ་བཀོད་པ་འདི་ནི་ཡ་སྐབས་མགོན་པད་ག་ཁྲི་དྲུ་  
 འཆང་གི་ཐུགས་རྗེ་ལས། ཡོངས་འཛིན་དམ་པ་མདོ་སྐྱེད་པ་རག་དབང་ཀུན་དགའ་དབང་ཕུགས་ཤེས་  
 བསམ་བཞིན་དུ་མྱིད་པ་བརྒྱུད་བའི་དྲིན་ཆེན་ཐུ་མ་བཅུ་ཕྲག་གཅིག་ལྷག་གི་གསུང་འགྲོས་གང་དུན་  
 དང་། ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་བའི་འཕགས་པོད་ཀྱི་གཞུང་ལུགས་དག་ལས་རྒྱ་མཚོའི་ཆུ་ཐིགས་ཅམ་དུ་  
 མངས་ཏེ། མེར་སྐྱོད་ན་གཉེར་ཅན་རེ་རྒྱུད་ལ་ཕན་མྱིད་ན་སྙམ་སྟེ། ལུང་རི་ཀུམ་བུ་ནན་འཛིན་  
 ཀུན་དགའ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་རབ་བྱུང་༡༥ གྱེ་ལོ་༡༩༩༦རང་ལོ་སོ་གཉིས་སོན་པའི་མེ་མོ་  
 གྱི་བའི་ལོ་ཆུ་སྟོད་རྒྱ་བའི་ཆེས་བཞིར་སྟོན་མཚན་ཐུབ་པའི་དབང་པོས་ཆོས་འཁོར་སྒྲོར་བའི་དུས་  
 བཟང་ལ་ཤར་སྐྱར་ཁམས་ས་ཡི་ཉེ་བ་ཆོས་ལྗེ་ཆེན་པོ་འཇམ་དབྱངས་མྱིང་གི་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་  
 སྐྱར་བའོ། །

༡༡༥༥ བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ལྷུང་བ་བཤགས་པའི་  
མཆན་འགྲེལ།

བདེ་ལེགས་ཀྱན་གྱི་འབྱུང་གནས་ལམ་སྟོན་སྟོན་པ་བརྒྱ་ཕྱག་ལས་  
ལྷག་ཅིང་། །

མཚན་ཅོམ་ཐོས་པས་གཉིད་ལས་ལེགས་སངས་སངས་རྒྱས་ཉི་མའི་  
གཉིན་དེ་དང་། །

བདེ་བར་གཤེགས་པ་སོ་ལྷ་ལྷ་བདོའི་ལུན་སེལ་སྟོན་མེ་ལ་སོགས་  
པའི། །

ཁམས་འདིར་ནམ་ཀུན་ཕྱོགས་རྒྱལ་རྒྱལ་སྤྱས་ནམས་ལ་རྟག་དུ་  
བདག་ཕྱག་འཛེལ། །

ཅི་བསམ་པན་བདེ་སྟོལ་མང་ད་བླ་མའི་བྱང་། །

ཅི་གསུངས་མན་ངག་རྒྱ་ཐིགས་ཅོམ་བླངས་ཏེ། །

ཅི་ཡང་མི་ཤེས་ཤེས་ཁུལ་མཆན་འགྲེལ་འདི། །

ཅི་བྱས་ཆོས་ལ་མོས་པའི་དོན་དུ་བྱིས། །

ཞེས་མཚན་སྟོན་སྟོན་དུ་བཏང་སྟེ། བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་ཤུགས་  
རྒྱལ་པོས་འོ་སྟོལ་ཁམས་གསུམ་གྱི་གདུལ་བྱ་ནམས་ལ་ཉོན་མོངས་སེལ་བའི་

ཐབས་སྒྲུབ་ཆོག་པ་གསུངས་པའི་ནང་ནས་སྤྱིར་རྒྱུ་ལྡན་པའི་ཕུང་པོ་བཤགས་པ་  
 དང་། གྲེ་བྲག་ཏུ་བྱང་རྒྱུ་མེམས་དཔའི་ལྗེ་བཤགས་པ་གཉིས་སུ་འཆད་  
 ཚུལ་བསྐྱབ་པ་ཀུན་བདུས་ལས་གསུངས་གིང་། སྐབས་འདིར་སངས་རྒྱུས་  
 སོ་ལྟའི་རྒྱན་ཐུར་རྒྱུ་ལྡན་པའི་མདོ་འདི་གསུངས་ལ། འདིའི་དོན་  
 བཤད་པ་ལ་ནམ་པ་གསུམ་ཡོད་དེ། རྒྱུ་ལྡན་པའི་ཐུག་པ་། དགེ་བ་བསྐྱེ་  
 བ། དོན་བསྐྱུས་ཏེ་ཡན་ལག་ཆོང་བར་བསྐྱན་པའོ། །དང་པོ་རྒྱུ་ལྡན་  
 བཤགས་པའི་རྒྱུ་ལ་དབྱེ་ན་བཞི། རྟེན་གྱི་སྟོབས། གཉེན་པོ་ཀུན་ཏུ་སྤྱོད་  
 པའི་སྟོབས། རྟེན་པར་སྐྱེ་འབྱེན་པའི་སྟོབས། རྟེན་པ་ལས་སྐྱར་ལྡོག་  
 པའི་སྟོབས་སོ། །

དང་པོ་རྟེན་གྱི་སྟོབས་ཀྱིས་རྒྱུ་ལྡན་པའི་ཐུག་པ་ནི། རི་སྐད་དུ།  
 རྒྱལ་སྐྱུ་ཐོགས་མེད་ཀྱིས། རང་ཡང་འཁོར་བའི་བཙོན་རྩལ་བཅེངས་པ་  
 ཡི། །འཇིག་རྟེན་ལྟ་ཡིས་སུ་ཞིག་སྟོབ་པར་བྱས། །དེ་ཕྱིར་གང་ལ་སྐྱབས་  
 ན་མི་བསྐྱུ་བའི། །དཀོན་མཆོག་སྐྱབས་འགོ་རྒྱལ་སྐྱུ་ལག་ལེན་ཡིན། །ཞེས་  
 པ་ལྟར། མེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དུས་རྟག་པར་བླ་མ་ལ་སྐྱབས་སུ་  
 མཆོའོ། །སངས་རྒྱུས་ཞེས་པ་ནས། དགེ་འདུན་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆོའོ། །ཞེས་  
 པའི་བར་སྐྱབས་སུ་འགོ་བའི་ཡུལ་བཤད་པ་ནི། བདག་སོགས་མེམས་ཅན་  
 ཐམས་ཅད་དུས་རྟག་ཏུ་རྒྱན་ཆད་མེད་པར་དཔལ་ལྷན་བླ་མ་དུས་གསུམ་  
 སངས་རྒྱུས་ཐམས་ཅད་འཕྱང་བའི་ཞིང་མཆོག་དམ་པ་དེ་ལ་སྒྲོག་སུམ་གསུ་



པས་སྐྱབས་སུ་མཆི་ལྟེ་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བ་ལགས་ན། ཐུགས་བརྩེ་བ་ཆེན་པོས་  
 གཟུང་བར་བྱའོ། །སྲིད་ཁྱིའི་འཛིགས་པ་ཀུན་ལས་སྐྱབས་པའི་མཐུ་མང་འ་  
 བའི་སངས་རྒྱས་དཀོན་མཆོག་ལ་བདག་ཅག་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྣོ་  
 གསུམ་གྱི་དབང་ཆ་ཡོངས་ཤིགས་དམ་པ་ཁྱེད་ལ་ཐུལ་ཟིན་པས། བྱང་ཆུབ་  
 མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ་སྐྱབས་སུ་མཆི་ལྟེ་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བ་ལགས་ན། ཐུགས་ཤིང་  
 ལུགས་ཀྱ་དམ་པོས་གཟུང་བར་བྱའོ། །ཇི་སྐད་དུ། ལྷན་ཐུ་མ་ལས། ཆོས་  
 སྐྱ་ནམ་གཉིས་ཤེས་བྱ་སྟེ། ཆོས་དབྱིངས་ཤིན་ཏུ་དྲི་མེད་དང་། དེ་ཡི་  
 ལྷ་མཐུན་ཟབ་པ་དང་། སྒྲ་ཆོགས་ཚུལ་ནི་སྟོན་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་  
 ལྟར། སྤངས་དྲོགས་ཡོངས་སུ་ཤིགས་པའི་ཆོས་དཀོན་མཆོག་ལ་སྟོང་ཐག་  
 པ་ནས་སྐྱབས་སུ་མཆི་ལྟེ་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བ་ལགས་ན། ཐུགས་ཤིང་ལུགས་  
 ཀྱ་དམ་པོས་གཟུང་བར་བྱ་སྟེ། ཇི་སྐད་དུ། ལྷན་ཐུ་མ་ལས། ཐེག་མཆོག་  
 ལ་མོས་ས་པོན་ཤེས་རབ་ནི། སངས་རྒྱས་ཆོས་སྟེད་མ་དང་བསམ་གཏན་  
 གྱི། བདེ་པའི་མངལ་གནས་སྟོང་ཤིང་མ་མ་ཅན། གང་ཡིན་དེ་ནི་ཐུབ་པའི་  
 ཤེས་སྒྲེས་སྤྲས། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། སྤྲས་བྱང་སེམས་འཕགས་པ་  
 སྤོགས་དགེ་འདུན་དཀོན་མཆོག་ལ་སྟོང་ཐག་པ་ནས་སྐྱབས་སུ་མཆི་ལྟེ་སྐྱབས་  
 སུ་འགྲོ་བ་ལགས་ན། ཐུགས་ཤིང་ལུགས་ཀྱ་དམ་པོས་གཟུང་བར་བྱའོ། །དེ་  
 འདྲའི་སྐྱབས་ལུལ་དཀོན་མཆོག་རིན་པོ་ཆེ་ནམས་ལ་ཁ་ཆོག་ཅམ་མ་ཡིན་པ་  
 སྟོང་ཁོང་རུས་པའི་གཏིང་ནས་སྐྱབས་འགྲོ་ཞིག་སྟེ་དགོས་པ་ནི་དྲན་གྱི་སྟོབས་

ཡིན་ཞིང་། སྤྱིར་སྐྱབས་འགྲོ་བཞི་སྐོར་པལ་ཆེ་བར་སྐྱགས་ལུགས་ལ་བཞེད་  
 སྒྲིལ་ཡོད་དེ། དེ་འདྲའི་དགོན་མཆོག་ལ་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བའི་པཎ་ཡོན་ནི་  
 མདོ་ལས། སྐྱབས་སུ་སོང་པའི་བསོད་ནམས་གང་། གལ་ཏེ་དེ་ལ་གཟུགས་  
 མཆིས་ན། འཇམ་མཁའི་ཁམས་ནི་ཀུན་བཀང་ཡང་། འདྲི་དེ་བས་ལྷག་  
 པར་འགྱུར། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། འདྲི་བསྐྱབ་བྱ་བ་སྤྱད་ཚུལ་ནི།  
 མྱང་འདས་ཀྱི་མདོ་ལས། གང་ཞིག་སངས་རྒྱས་སྐྱབས་འགྲོ་བ། འདྲི་  
 ཡང་དག་དགེ་བསྟེན་ཏེ། འཇམ་ཡང་ལྷ་ནི་གཞན་དག་ལ། སྐྱབས་སུ་འགྲོ་  
 བར་མི་བྱུང་། འདས་པའི་ཆོས་ལ་སྐྱབས་འཆོལ་ན། འཆོ་ཞིང་གཞོད་པའི་  
 སེམས་དང་བྲལ། འདག་འདུན་ལ་ནི་སྐྱབས་འཆོལ་ན། ལུ་སྟེགས་ངན་  
 ལ་ཕྱག་མི་བྱ། ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། སྐྱབས་འགྲོ་རྒྱས་བཤད་འདོད་ན། སྐྱབས་  
 སེམས་དོན་ཀུན་གསལ་བ་ཞེས་པར་བལྟ་བར་བྱུང་། །

གཉིས་པ་གཉིན་པོ་ཀུན་དུ་སྤྱོད་པའི་སྒྲོབས་ནི། བཅོམ་ལྷན་འདས་  
 དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཞེས་པ་ནས། རི་དབང་གི་རྒྱལ་པོ་ལ་ཕྱག་འཆོལ་ལོ།  
 ཞེས་པའི་བར་གྱིས་བསྟན། དང་པོ་སངས་རྒྱས་སུ་མ་རུ་སོ་ལྷའི་དབུས་སུ་  
 བདུད་བཞི་བཅོམ་ཞིང་སྐྱབ་ཞི་ཡེ་ཤེས་ལྡང་དང་ལྷན་པ། འཁོར་བའི་བྱ་ངན་  
 ལས་འདས་པ་འཇམ་གྲོལ་བ་དང་བཅས་པ། རིག་གནས་ལེགས་པར་བྱང་བ་  
 དེ་བཞིན་དུ་འཁོར་བར་སྤར་མི་ལྷོག་བར་གཤེགས་པ་དང་། ཉོན་མོངས་  
 གྱིད་གྲ་མ་ལུས་བཅོམ་པ་དང་ལྷན་ཞིང་སྤངས་ཏོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་

ཡང་དག་པར་རྫོགས་པར་མཛད་པའི་དམ་པ་དེ་ནི་མ་རིག་གཉིད་ལས་སངས་  
 མེད། རེས་བུ་མཐའ་དག་ལ་སྒྲིགས་ཀྱས་པའི་བླ་ཀྱའི་རིགས་ཀྱང་དེས། ཅོད་  
 དུས་ཀྱི་འགྲོ་པའི་དུག་གསུམ་གྱི་དག་འདུལ་ཐུབ་པར་དགོངས་ནས་འཛུལ་  
 མིང་དུ་སྐྱེ་འབྱུངས་པ་དེ་ལ་ཕྱག་འཆལ་བ་ན། བསྐྱལ་པ་ཁྲིའི་རྫིག་པ་ནམས་  
 འདག་པར་བྱེད། ལོ་ཁེས་པ་ནི། སྐབས་དོན་སངས་ཀྱས་རེ་རེའི་མཆན་  
 བཛྲོད་པའི་ཕན་ཡོན་རྫོགས་མཆམས་སྟོན་པའི་རྩལ་འོག་མ་ཀྱན་ལ་རིགས་  
 འགྲེ། གཉིས་པ། རྟོ་རྩེ་སྤྱིང་པོ་རབ་དུ་འཛོམས་པ་ལ་སྒྲིག་སུམ་གསུམ་པས་  
 ཕྱག་འཆལ་བ་ན། བསྐྱལ་པ་ཁྲིའི་རྫིག་པ་དག་པར་བྱེད། གསུམ་པ། རིན་  
 ཆེན་འོད་འཕྲོ་ལ་སྒྲིག་སུམ་གསུམ་པས་ཕྱག་འཆལ་བ་ན། བསྐྱལ་པ་ཉིས་ཁྲིའི་  
 རྫིག་པ་ནམས་དག་པར་བྱེད། བཞི་པ། རྒྱ་དབང་གི་རྩལ་པོ་ལ་སྒྲིག་སུམ་  
 གསུམ་པས་ཕྱག་འཆལ་བ་ན། བསྐྱལ་པ་སྤྱིང་གི་རྫིག་པ་ནམས་དག་པར་བྱེད།  
 རྩལ་པ། དཔའ་པོའི་སྤེལ་ལ་སྒྲིག་སུམ་གསུམ་པས་ཕྱག་འཆལ་བ་ན། བསྐྱལ་པ་  
 སྤྱིང་གི་རྫིག་པ་ནམས་དག་པར་བྱེད། དུག་པ། དཔལ་དགུས་ལ་སྒྲིག་སུམ་  
 གསུམ་པས་ཕྱག་འཆལ་བ་ན། བསྐྱལ་པ་ཉིས་སྤྱིང་གི་རྫིག་པ་ནམས་དག་པར་  
 བྱེད། བདུན་པ། རིན་ཆེན་མེ་ལ་སྒྲིག་སུམ་གསུམ་པས་ཕྱག་འཆལ་བ་ན།  
 བསྐྱལ་པ་ཉིས་སྤྱིང་གི་རྫིག་པ་ནམས་དག་པར་བྱེད། བརྒྱད་པ། རིན་ཆེན་  
 རྩལ་པོ་ལ་སྒྲིག་སུམ་གསུམ་པས་ཕྱག་འཆལ་བ་ན། བསྐྱལ་པ་བརྒྱད་སྤྱིང་གི་  
 རྫིག་པ་ནམས་དག་པར་བྱེད། དགུ་པ། མཐོང་བ་དོན་ཡོད་ལ་སྒྲིག་སུམ་

གུས་པས་ཕྱག་འཆའ་བ་ན། བསྐལ་པ་གཅིག་གི་ཤིག་པ་ནམས་དག་པར་  
 བྱེད། བརྩ་པ། རིན་ཆེན་རྒྱ་པ་ལ་སྒོ་གསུམ་གུས་པས་ཕྱག་འཆའ་བ་ན།  
 མཆམས་མེད་ལྔའི་ཤིག་པ་ནམས་དག་པར་བྱེད། བརྩ་གཅིག་ ཅི་མ་  
 མེད་པ་ལ་སྒོ་གསུམ་གུས་པས་ཕྱག་འཆའ་བ་ན། དེ་དང་ཉེ་བ་ལྔའི་ཤིག་པ་  
 ནམས་དག་པར་བྱེད། བརྩ་གཉིས། དཔལ་རྒྱུན་ལ་སྒོ་གསུམ་གུས་པས་  
 ཕྱག་འཆའ་བ་ན། ཞེ་སྤང་གིས་ཀུན་ནས་བསྐྱངས་པའི་ཤིག་པ་ནམས་  
 དག་པར་བྱེད། བརྩ་གསུམ། ཆངས་པ་ལ་སྒོ་གསུམ་གུས་པས་ཕྱག་འཆའ་  
 བ་ན། འདོད་ཆགས་ཀྱིས་ཀུན་ནས་བསྐྱངས་པའི་ཤིག་པ་ནམས་དག་པར་  
 བྱེད། བརྩ་བཞི། ཆངས་པའི་བྱིན་ལ་སྒོ་གསུམ་གུས་པས་ཕྱག་འཆའ་བ་  
 ན། བསྐལ་པ་ཁྲིའི་ཤིག་པ་ནམས་དག་པར་བྱེད། བཅོ་ལྔ་པ། རྩ་ལྔ་སྒོ་གསུམ་  
 གུས་པས་ཕྱག་འཆའ་བ་ན། བསྐལ་པ་སྟོང་གི་ཤིག་པ་ནམས་དག་པར་བྱེད།  
 བརྩ་དྲུག་ རྩ་ལྔའི་ལྔ་ལ་སྒོ་གསུམ་གུས་པས་ཕྱག་འཆའ་བ་ན། བསྐལ་  
 པ་ལྔ་སྟོང་གི་ཤིག་པ་ནམས་དག་པར་བྱེད། བརྩ་བདུན་པ། དཔལ་བཟང་  
 ལ་སྒོ་གསུམ་གུས་པས་ཕྱག་འཆའ་བ་ན། བསྐལ་པ་ལྔ་སྟོང་གི་ཤིག་པ་ནམས་  
 དག་པར་བྱེད། བཅོ་བརྒྱད། ཅན་དན་དཔལ་ལ་སྒོ་གསུམ་གུས་པས་ཕྱག་  
 འཆའ་བ་ན། བསྐལ་པ་བདུན་གྱི་ཤིག་པ་ནམས་དག་པར་བྱེད། བརྩ་དགུ།  
 གཟི་བུ་ཅིང་མཐའ་ཡས་ལ་སྒོ་གསུམ་གུས་པས་ཕྱག་འཆའ་བ་ན། བསྐལ་  
 པ་བདུན་གྱི་ཤིག་པ་ནམས་དག་པར་བྱེད། ཉི་ཤུ་པ། འདྲ་དཔལ་ལ་སྒོ་གསུམ་

གུས་པས་ཕྱག་འཆེལ་བ་ན། ཡན་ཡོན་ཆད་མེད་ཅེས་གསུངས། ཉེར་གཅིག་  
 པ། ལྷ་ངན་མེད་པའི་དཔལ་ལ་སྒོ་གསུམ་གུས་པས་ཕྱག་འཆེལ་བ་ན། གཏི་མུག་  
 གིས་ཀྱན་ནས་བསྐྱངས་པའི་སྤྲིག་པ་དག་པར་བྱེད། ཉེར་གཉིས་པ། མེད་  
 མེད་ཀྱི་བྱ་ལ་སྒོ་གསུམ་གུས་པས་ཕྱག་འཆེལ་བ་ན། བག་ཆགས་ཀྱིས་ཀྱན་  
 ཅས་བསྐྱངས་པའི་སྤྲིག་པ་རྣམས་དག་པར་བྱེད། ཉེར་གསུམ་པ། མེད་ཏོག་  
 དཔལ་ལ་སྒོ་གསུམ་གུས་པས་ཕྱག་འཆེལ་བ་ན། ལུས་ཀྱི་སྦྱིབ་པ་ཐམས་ཅད་  
 དག་པར་བྱེད། ཉེར་བཞི་པ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཆངས་པའི་འོད་ཟེར་  
 རྣམ་པར་རྩལ་པས་མངོན་པར་མཁྱེན་པ་ལ་སྒོ་གསུམ་གུས་པས་ཕྱག་འཆེལ་  
 བ་ན། དག་གི་སྦྱིབ་པ་ཐམས་ཅད་དག་པར་བྱེད། ཉེར་ལྔ་པ། དེ་བཞིན་  
 གཤེགས་པ་བརྒྱའི་འོད་ཟེར་རྣམ་པར་རྩལ་པས་མངོན་པར་མཁྱེན་པ་ལ་སྒོ་  
 གསུམ་གུས་པས་ཕྱག་འཆེལ་བ་ན། ཡིད་ཀྱི་སྦྱིབ་པ་ཐམས་ཅད་དག་པར་  
 བྱེད། ཉེར་དྲུག་པ། རྣོ་དཔལ་ལ་སྒོ་གསུམ་གུས་པས་ཕྱག་འཆེལ་བ་ན།  
 དག་འདུན་གྱི་དཀོར་འབགས་པའི་སྦྱིབ་པ་ཐམས་ཅད་དག་པར་བྱེད། ཉེར་  
 བདུན་པ། དྲན་པའི་དཔལ་ལ་སྒོ་གསུམ་གུས་པས་ཕྱག་འཆེལ་བ་ན། སྦྱར་  
 འདེབས་བྱས་པའི་སྦྱིབ་པ་རྣམས་དག་པར་བྱེད། ཉེར་བརྒྱད་པ། མཚན་  
 དཔལ་ཤིན་ཏུ་ཡོངས་བསྐྱགས་ལ་སྒོ་གསུམ་གུས་པས་ཕྱག་འཆེལ་བ་ན།  
 གཞན་ལ་ཕྱག་དོག་གིས་ཀྱན་ནས་བསྐྱངས་པའི་སྦྱིབ་པ་ཐམས་ཅད་དག་པར་  
 བྱེད། ཉེར་དགུ་པ། དབང་པོའི་ཏོག་གི་རྒྱལ་མཚན་གྱི་རྒྱལ་པོ་ལ་སྒོ་གསུམ་

གུས་པས་ཕྱག་འཆལ་བ་ན། ང་ཀྱལ་གྱིས་ཀུན་ནས་བསྐངས་པའི་སྤྱིབ་པ་  
 ཐམས་ཅད་དག་པར་བྱེད། སུམ་བཙུ་པ། སིན་ཏུ་ནམ་པར་གནོན་པའི་  
 དཔལ་ལ་སློག་སུམ་གུས་པས་ཕྱག་འཆལ་བ་ན། སུམ་བྱས་པའི་སྤྱིབ་པ་ཐམས་  
 ཅད་དག་པར་བྱེད། སོ་གཅིག་པ། གཡུལ་ལས་སིན་ཏུ་ནམ་པར་ཀྱལ་བ་  
 ལ་སློག་སུམ་གུས་པས་ཕྱག་འཆལ་བ་ན། ཉོན་མོངས་པའི་རིགས་ཐམས་  
 ཅད་ཟད་པར་བྱེད། སོ་གཉིས་པ། རྣམ་པར་གནོན་པ་གསེགས་པའི་དཔལ་  
 ལ་སློག་སུམ་གུས་པས་ཕྱག་འཆལ་བ་ན། བརྒྱད་ནས་གཞན་ལ་བྱེད་དུ་བཙུག་  
 པའི་སྤྱིག་པ་ཐམས་ཅད་ཟད་པར་བྱེད། སོ་གསུམ་པ། ཀུན་ནས་སྐང་བ་  
 བཀོད་པའི་དཔལ་ལ་སློག་སུམ་གུས་པས་ཕྱག་འཆལ་བ་ན། གཞན་གྱིས་  
 རྒྱག་པ་བྱས་པ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་པའི་སྤྱིབ་པ་ཐམས་ཅད་ཟད་པར་བྱེད། སོ་  
 བཞི་པ། རིན་ཆེན་པད་མོ་ནམ་པར་གནོན་པ་ལ་སློག་སུམ་གུས་པས་ཕྱག་  
 འཆལ་བ་ན། ཀྱལ་བའི་བཀའ་འོག་ཏུ་བཏང་བ་སོགས་ཆོས་སྤངས་ཀྱི་སྤྱིབ་  
 པ་ཐམས་ཅད་ཟད་པར་བྱེད། སོ་ལྔ་པ། དེ་བཞིན་གསེགས་པ་དབང་བཅོམ་  
 པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱུས་རིན་པོ་ཆེ་དང་། བསྐྱའི་གདན་  
 ལ་རབ་དུ་བཞུགས་པ་རི་དབང་གི་ཀྱལ་པོ་ལ་སློག་སུམ་གུས་པས་ཕྱག་འཆལ་  
 བ་ན། རང་གི་བླ་མ་ལ་སྐྱུར་འདེབས་དང་བླ་མས་རི་རྩེར་བཀའ་བསྩལ་བ་  
 རྣམས་མ་བྱས་པ་སོགས་དམ་ཆོག་ཉམས་པའི་སྤྱིབ་པ་ཐམས་ཅད་ཟད་པར་  
 བྱེད། དེ་བཞིན་གསེགས་པ་དེ་དག་གི་མཆོན་ལན་གཅིག་བཟོད་པ་དང་།

དོན་ཡིད་ལ་བློ་པར་བྱེད་ན་རྩིག་སྒྲིབ་ཐམས་ཅད་འདག་པ་མདོ་ལས་  
གསུངས་སོ། །

གསུམ་པ་ནམ་པར་སུན་འབྲིན་པའི་སྟོབས་བཤད་པ་ལ་ཟུ། རྩིག་  
རྩུང་བཤགས་ཡུལ་གསལ་བཏབ་པ་དང་། བཤག་པ་པོ་རང་གིས་དམིགས་  
པ་བསྐྱེད་ཚུལ། རྩིག་རྩུང་བཤགས་པའི་དཔང་པོར་གསལ་བ་གདབ་པ།  
བཤག་བྱའི་རྩིག་རྩུང་རོས་བཟུང་བ། རྩིག་རྩུང་རི་ལྟར་བཤགས་པའི་ཚུལ་  
སོ། །

དང་པོ་ནི། རི་སྐད་དུ། བཟང་པོ་སྟོད་པའི་མདོ་ལས། རུལ་གཅིག་  
སྟོང་ན་རུལ་སྟོང་སངས་རྒྱས་རྣམས། །སངས་རྒྱས་སྤྲུལ་གྱི་དབུས་ན་བཞུགས་  
པ་དག། ་དེ་ལྟར་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་རྣམས་མ་ལུས་པ། །ཐམས་ཅད་རྒྱལ་  
བ་དག་གིས་གང་བར་མོས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། མདུན་གྱི་ནམ་མཁར་  
རིན་པོ་ཆེ་སྤྲུལ་ཆོགས་ལས་གྲུབ་པའི་ཁྲིར། བརྒྱ་དང་ཆེ་བའི་གདན་གྱི་སྟོང་  
དུ་དབུས་སུ་རྒྱལ་བ་ཤུག་ཐུབ་པ་དང་། ་དེའི་ཕྱོགས་བཞི་སྟོང་འོག་རྣམས་  
སུ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་གཞན་རྣམས་གཙོ་བོར་བྱས་པའི་རུལ་ཕྲ་རགས་གངས་  
རི་སྟོད་ཡོད་པ་དེ་དང་མཉམ་པའི་སངས་རྒྱས་སྤྲུལ་དང་བཅས་པ་བཞུགས་  
པར་མོས་གསུལ་གྱིས་ཡིད་ཆེས་པར་བགྱིད་དགོས་ལ། གཉིས་པ། རང་གི་  
ལུས་འདི་འདྲ་གཅིག་ཕྱ་མ་ཡིན་པ་ས་རུལ་གྱི་གངས་དང་མཉམ་པར་སྒྲུལ།  
ལུས་གངས་དང་མཉམ་པའི་མགོ་བོ་དང་། མགོ་བོའི་གངས་དང་མཉམ་པའི་

ཡན་ལག་ལྔ་པོ་སར་རེག་སྟེ་ཕྱག་འཆའ་བ་མོས་པ་བགྱིད་དགོས་ལ།

གསུམ་པ་དཔང་པོར་གསོལ་བ་བཏབ་པ་ནི། དེ་དག་ལ་སོགས་ཏེ་  
ཞེས་པ་ནས་བདག་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ་ཞེས་པའི་པར་དུ་བཞུགས། གོང་  
དུ་བཤད་པའི་སངས་རྒྱུ་མཉམ་ཅུ་སོ་ལྔ་པོ་དེ་དག་ལ་སོགས་ཏེ་ཕྱོགས་བཅུའི་  
འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཐམས་ཅད་ན་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཅོམ་པ་ཡང་  
དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱུ་ཆོས་སྤྱོད་པ་གང་ཇི་སྟེད་ཅིག་བཞུགས་  
ཏེ་ཞེས་པ་ནི་གངས་མེད་པའི་སངས་རྒྱུ་དེ་རྣམས་དང་། འཛོལ་བ་ཞེས་  
པ་སྟེ། ལོངས་སྤྱོད་རྫོགས་པའི་རྒྱལ་བ་རྣམས་དང་། སངས་རྒྱུ་བཅོམ་  
ལྷན་འདས་སྤུལ་པའི་རྒྱུ་འབྱུང་བ་དག་ནི་དེ་དག་ཐམས་ཅད་བདག་ལ་ཐུགས་  
བརྩེ་བ་ཆེན་པོས་ཉེ་བར་དགོངས་ནས་རྫོགས་རྒྱུ་བཤགས་པའི་དཔང་པོར་ཞལ་  
གྱིས་བཞེས་སུ་གསོལ། ཞེས་གསོལ་བ་བཏབ་ནས་རྫོགས་རྒྱུ་བཤགས་པ་  
ལ་འབད་དགོས་ཏེ། འཕགས་པ་དགོན་མཆོག་བརྩེགས་པའི་མདོ་ལས། བྱང་  
རྒྱལ་མེམས་པ་མཆོམས་མེད་པ་ལྔ་དང་ལྷན་པའི་རྒྱུ་བ་དང་། བྱད་མེད་  
ལས་བྱུང་བའི་རྒྱུ་བ་དང་། ལག་པ་ལས་བྱུང་བའི་རྒྱུ་བ་དང་། བྱུ་  
ལས་བྱུང་བའི་རྒྱུ་བ་དང་། མཆོད་རྟེན་ལས་བྱུང་བའི་རྒྱུ་བ་དང་། དག་  
འདུན་ལས་བྱུང་བའི་རྒྱུ་བ་དང་། དེ་ལས་གཞན་པའི་རྒྱུ་བ་ལྷི་བ་རྣམས་  
ནི་སངས་རྒྱུ་སོ་ལྔའི་རྒྱན་ལྔར་གཅིག་བསུས་ནི་མཆོན་དུ་བཤག་པར་བྱའོ།  
ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཀུན་གྱིས་འབད་པར་བྱའོ།



བཞི་པ་བཤག་བྱའི་རྒྱལ་པོས་འཛིན་པ་ལ། མདོར་བསྟན་པ་དང་།  
རྒྱས་པར་བཤད་པ་གཉིས།

དང་པོ་མདོར་བསྟན་ནི། བདག་གིས་སྐྱེ་བ་འདི་དང་ཞེས་པ་ནས་  
བགྲིས་པ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བའམ་ཞེས་པའི་བར་གྱིས་བསྟན། བདག་ཅག་  
གིས་སྐྱེ་བ་ཆོའདི་དང་གཞན་ཡང་སྐྱེ་བ་ཐོག་མ་གྲངས་དང་ཆད་བཅོད་དུ་མེད་  
པ་ནས་བཟུང་ཐ་མ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ལ་མ་མཆིས་ཀྱི་བར་དུ། ཐོག་མ་མེད་  
པ་ཡི་དུས་ནས་ཉོན་མོངས་དབང་གིས་འཁོར་བ་ན་ལན་གཅིག་ལན་གཉིས་  
མ་ཡིན་པ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་འཁོར་བའི་སྐྱེ་གནས་ཐམས་ཅད་དུ་རང་གིས་  
རྒྱལ་པའི་ལས་དངོས་སུ་བགྲིས་པ་དང་། དེ་ལྟ་བུ་ལུས་ངག་ཡིད་ཀྱི་རྒྱལ་པའི་  
ལས་ལ་རང་གི་དངོས་སུ་མ་བྱས་ཀྱང་བརྒྱད་ནས་གང་ཟག་གཞན་ལ་རྒྱལ་  
པའི་ལས་བགྲིད་དུ་བཀའ་སྒྲུབ་བའམ་ལས་དེ་དག་ལ་བསྐྱལ་མ་བྱས་པ་དང་།  
གཞན་གྱིས་རྒྱལ་པའི་ལས་ཅི་འདྲ་ཞིག་བགྲིས་པ་མཐོང་བའི་ཆོ། རང་ཉིད་  
དེ་ལ་དགའ་མགུ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བའམ་དགའ་བ་བསྟོམས་པ་ལྟ་བུ་དེ་དག་  
ནས་པ་ཀུན་དུ་མི་བྱའོ། གཉིས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་གསུམ། དཀོན་  
མཆོག་གི་དཀོར་སྟོན་པའི་རྒྱལ་པ། མཆོམས་མེད་ལྡེའི་རྒྱལ་པ། མི་དགེ་  
བ་བརྒྱས་བསྐྱས་པའི་རྒྱལ་པའོ།

དང་པོ་ནི། མཆོད་རྟེན་གྱི་དཀོར་རམ། ཞེས་པ་ནས་རྗེས་སུ་ཡི་  
རང་བའམ་ཞེས་པའི་བར་གྱིས་བསྟན། ལྷབས་འདིར་མཆོད་པ་བྱེད་པའི་

རྟེན་སངས་རྒྱས་དཀོན་མཆོག་དང་། ཆོས་དཀོན་མཆོག་གཉིས་ཀར་གོ་བ་  
 གྲུ་དགོས་ཤིང་། སངས་རྒྱས་དཀོན་མཆོག་ལ་སྦྱིན་བདག་གིས་བསྐྱོ་བའི་  
 གཙུག་ལག་ཁང་ནང་དུ་མཆོད་རྗེས་སོགས་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་དང་།  
 བཀའ་དང་བརྟན་བཅས་སོགས་ཆོས་དཀོན་མཆོག་ཉམས་གསོ་བྱེད་པའི་ཆེད་  
 དུ་བསྐྱོ་བའི་དངོས་རྗེས་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་ལ་དཀོར་བདག་གིས་གནང་  
 བ་མེད་པར་ཡོངས་སྦྱོད་ན། མཆོད་རྟེན་གྱི་དཀོར་རམ་སྟེ་དཀོར་སྤྲུགས་  
 པ་རང་གིས་དངོས་སུ་བྱས་པ་དང་། འཕགས་པའི་གང་ཟེག་དགེ་འདུན་དཀོན་  
 མཆོག་གི་སྦྱར་བསྐྱོས་ཟིན་པའི་དགེ་འདུན་གྱི་དཀོར་རྗེས་གནང་བ་མེད་པར།  
 རང་གིས་དངོས་སུ་ཡོངས་སྦྱོད་ན་དགེ་འདུན་དཀོན་མཆོག་གི་དཀོར་རམ་  
 སྟེ་དཀོར་སྤྲུགས་པ་རང་གིས་དངོས་སུ་བྱས་པ་དང་། དེ་ནས་དཀོན་མཆོག་  
 གསུམ་གྱི་དཀོར་ལ་འབགས་པའི་རྩིག་པ་རྣམས་བཤག་བྱ་ཡིན་ཞིང་། གཞན་  
 ཡང་སྤྲུགས་བཅུའི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་འདིན་བཞུགས་པའི་དགེ་འདུན་བཞི་  
 ཡན་ཆད་དགེ་འདུན་གྱི་སྟེ་ཡིན་པས། དེ་དག་གི་དཀོར་ཟས་ཁམ་གཅིག་  
 ཅོམ་དང་གོས་སྒྲ་གཅིག་ཅོམ་ལ། དཀོར་བདག་གིས་གནང་བ་མེད་པར་  
 ཡོངས་སྦྱོད་པའི་དཀོར་སྤྲུགས་པ་བྱེད་པ་དང་། རང་གིས་དངོས་སུ་མ་སྤྲུགས་  
 གྲང་བརྒྱད་ནས་གཞན་ལ་དེ་ལྟ་བུ་འཕྲོག་དུ་བཅུག་པས་ལས་ངན་པ་བྱེད་པ་  
 དང་། གང་ཟེག་གཞན་གྱིས་དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་དཀོར་འཕྲོག་པ་མཛོན་  
 སུམ་མིག་གིས་མཐོང་བ་ལ། རང་གིས་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བའམ་སྟེ་དགའ་མགྲ་

བྱེད་པའི་རྩིག་ལྗང་རྣམས་བཤགས་པར་བྱའོ། དཀོར་རྩལ་ལས་བྱུང་བའི་  
ཉེས་པ་འདི་ནི། རང་ཅག་བཙུན་པ་པོ་མོ་རྣམས་ལ་འབྱུང་ཉེན་ཤིན་ཏུ་ཆེ་  
བས་གནད་འདིར་གཟབ་པར་འཆལ་ལོ། །

གཉིས་པ་མཆོམས་མེད་པའི་རྩིག་པ་བཤད་པ་ནི། མཆོམས་མ་མཆིས་  
ཞེས་པ་ནས། རྩལ་སྤྱི་རང་ཞེས་པའི་བར་གྱིས་བརྟན། དེ་བཞིན་གཤེགས་  
པའི་སྒྲུ་ལ་ངན་སེམས་གྱིས་ཁྲག་སྤུང་པའི་མཆོམས་མེད་གྱི་ལས་དང་། དག་  
འདུན་དཔེན་བྱེད་པའི་མཆོམས་མེད་གྱི་ལས། དག་བཅོམ་པ་བསད་པའི་  
མཆོམས་མེད་གྱི་ལས། ས་བསད་པའི་མཆོམས་མེད་གྱི་ལས། མ་བསད་  
པའི་མཆོམས་མེད་གྱི་ལས་ཏེ། དེ་འདྲའི་ལས་གང་ཡང་རུང་བ་གཅིག་བྱས་  
ནས་མ་བཤགས་ན། རྩེ་བ་གཞན་གྱི་བར་མཆོམས་མ་མཆིས་པ་ཤི་མ་ཐག་  
ཏུ་ངན་སྲིང་ལ་འཕྲུག་པར་བྱེད་པའི་མཆོམས་མེད་ལྗེའི་ལས་རང་གིས་དངོས་  
སྤྱོད་བྱས་པ་དང་། དེ་འདྲའི་ལས་ངན་པ་རང་གིས་དངོས་སྤྱོད་བྱས་ཀྱང་  
བརྟུན་ནས་གང་ཟག་གཞན་ལ། ལས་དེ་ལྟ་བུ་བྱིད་དུ་སྒྲུ་ལ་བའམ་བྱེད་  
དུ་བཙུག་པ་དང་། གཞན་གྱིས་ལས་ལྟ་བུ་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་བྱིད་པ་  
ལ། རང་ཉིད་དགའ་མགུ་རྩལ་སྤྱི་རང་བ་བྱེད་པའམ་བྱེད་པའི་རྩིག་པ་  
རྣམས་བཤགས་བྱའི་རྩིག་པ་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་མི་དག་བ་བཙུས་བསྐྱས་པའི་རྩིག་པ་བཤགས་པ་ནི། མི་  
དག་བ་བཙུའི་ཞེས་པ་ནས། རྩལ་སྤྱི་རང་བའམ་ཞེས་པའི་བར་གྱིས་བརྟན།



ཏུ་མེད་ཅིང་། རྒྱུན་བསལ་གསལ་ལས་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་གིས་ཅི་ཡང་  
 མི་ཤེས་པ་མུན་པས་བསྒྲིབས་ནས། བདེ་བའི་ཐབས་ལ་འབད་མ་ཤེས་པས་  
 རྒྱལ་བསྐྱལ་གྱི་རྒྱ་ཁོན་བྱས་པ་ལས་བྱུང་སྟེ། རྒྱུད་འཕུག་ལས། རྒྱལ་བསྐྱལ་  
 འདོར་འདོད་སེམས་ཡོད་ཀྱང་། རྒྱལ་བསྐྱལ་ཉིད་ལ་མཛོན་པར་རྒྱལ། བདེ་  
 བ་འདོད་ཀྱང་གཏི་མུག་པས། རང་གི་བདེ་བ་དག་ལྟར་འཛོམས། ཁེས་  
 གསུངས་སོ། །བདག་ཅག་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་རྒྱ་མི་དགེ་བའི་ལས་བྱས་  
 པའི་དབང་གིས། མི་ཁོམ་པའི་གནས་སུ་ངེས་པར་འཕྱེན་པར་བྱེད་ཅིང་།  
 རྒྱལ་ཇི་ལྟར་མི་ཁོམ་ཞེན། དཔུལ་བར་མཆི་བའམ་དཔུལ་བར་འགྲོ་བ་ན།  
 ཆ་གང་གི་རྒྱལ་བསྐྱལ་ཁོན་ཚུང་བས་ཆོས་བྱེད་དུ་མི་ཁོམ། དུད་འགྲོའི་སྟེ་  
 གནས་སུ་མཆི་བའམ་དུད་འགྲོའི་གནས་སུ་འགྲོ་བ་ན། ལྷན་མཛེས་བཀོལ་  
 རྒྱུད་དང་གཅིག་ལ་གཅིག་གིས་བའི་རྒྱལ་བསྐྱལ་གྱིས་ཆོས་བྱེད་དུ་མི་ཁོམ།  
 ཡི་དགས་ཀྱི་ཡུལ་དུ་མཆི་བའམ་ཡི་དགས་ཀྱི་ཡུལ་དུ་འགྲོ་བ་ན། བཀའ་  
 རྒྱུན་ཀྱི་རྒྱལ་བསྐྱལ་ཁོན་ཚུང་བས་ཆོས་བྱེད་དུ་མི་ཁོམ། ཡུལ་མཐའ་འཁོབ་  
 ཏུ་སྟེ་བའམ་སྟེ་བ་ན། སངས་རྒྱལ་གྱི་བཟུང་པ་མེད་པས་ཆོས་བྱེད་དུ་མི་ཁོམ།  
 རྒྱ་ལྗོངས་སྟེ་བའམ་སྟེ་བ་ན། དཀོན་མཆོག་སྤང་བ་ཅམ་ཡང་མེད་པས་ཆོས་  
 བྱེད་དུ་མི་ཁོམ། ལྷ་ཆེ་རིང་པོ་རྣམས་སུ་སྟེ་བའམ་སྟེ་བར་འགྱུར་ན། འཁོར་  
 བར་ངེས་འབྱུང་མེད་པས་ཆོས་བྱེད་དུ་མི་ཁོམ། དབང་པོ་མ་ཆང་བར་ལྷགས་  
 པར་སྟེ་བར་འགྱུར་བའམ་སྟེ་བ་ན། རྣམ་ཤེས་ལས་སུ་མི་རུང་བས་ཆོས་བྱེད་

དུ་མི་ཁོ་མ། ལྷ་བ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་པ་འདིན་པ་བྱས་པས་རྒྱང་འཕྲུལ་ལྷ་བྱར་འགྱུར་  
 པ་ལས་འགྱུར་པ་ན། དམ་པའི་ཆོས་ལ་ལོག་ལྷས་བསྐྱད་པས་ཆོས་བྱེད་དུ་  
 མི་ཁོ་མ། གཞན་ཡང་སངས་རྒྱས་འདིག་རྟེན་དུ་འབྱུང་བ་ལ་མཉམ་གཤིང་།  
 དགའ་བ་དང་དུ་སྒྲངས་པར་མི་བགྱིད་པ་སྤང་བ་བྱེད་པས་བདུད་རྩིག་ཅན་  
 ལྷ་བྱུང་དང་། ཆོས་བྱེད་པ་ལ་མི་ཁོ་མ་པ་བརྒྱད་པོ་དེ་དག་དུ་རིམ་གྱིས་སྦྱོར་བར་  
 འགྱུར་བའི་ལས་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་གང་ལགས་པ་སྟེ་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད།  
 སངས་རྒྱས་བཙུངས་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ཤེས་བྱའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་དང་ལུས་ཅན་  
 རྣམས་ཀྱི་ལས་དཀར་ནག་ཇི་ལྷ་བ་བཞིན་དུ་རྟོགས་པས་སྦྱུ་ལེ་ཤེས་སུ་གྱུར་  
 པ་དང་། མིག་གིས་གཟུགས་ལ་ལྷ་བ་བཞིན་དུ་མངོན་སུ་མ་དུ་གསལ་བར་  
 གཟིགས་པས་སྦྱན་ལྷ་བྱེད་དུ་གྱུར་པ། དགེ་མི་དགེ་ལེགས་ཉེས་རྣམ་པར་  
 དག་པ་ཤན་འབྱེད་པའི་དཔང་པོ་ཉིད་དུ་གྱུར་པ། དཀར་ནག་གི་བྱ་བ་བཟང་  
 ངན་གང་ལ་འབྲུལ་བ་མེད་ཅིང་བསྐྱུ་བ་མེད་པ་ཆད་མར་གྱུར་པའི་མགོན་  
 སྦྱབས། ཤེས་བྱའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གནས་ལུགས་ཟབ་མོ་སྟོང་པ་ཉིད་  
 མངོན་སུ་མ་དུ་མཁྱེན་ཁིང་རྟོགས་པས་གཟིགས་པ་ལྷ་ལྷན་གྱི་བྱུ་བ་བེད་དག་  
 གི་སྦྱན་སྤར། དུས་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་ད་ལྟའི་བར་དུ་རྩིག་རྒྱུང་གང་དང་  
 གང་བྱས་པ་རྣམས་མཐོལ་ལོ་སྟེ་བྱང་པོར་བཤད་པ་དང་། སྤར་བྱས་ཟིན་  
 པ་རྣམས་ལ་འགྲོད་སེམས་དཀའ་པོ་དང་། ཕྱིན་ཆད་སྟོག་ལ་ཐུག་ཀྱང་རྩིག་  
 པའི་ལས་མི་བྱེད་སྟུང་པའི་བཤགས་སྟོང་བྱེད་དགོས་སོ། །ཆེ་རབས་སྤྲུམ་

རྣམས་སུ་ལས་ཅི་བྱས་ད་ལྟ་མི་ཤེས་མོད། ཆོ་འདིར་རྟེན་ལྟར་མི་འདྲ་བ་  
 ཅི་ཞིག་བྱས་ཡོད་པ་རྣམས་ལ་མི་འཆབ་པའི་སྒྲིག་སང་འདོད་ཀྱི་སྤྲད་མ་ཞུགས་  
 པ་ཞིག་བྱུང་དགོས་ལ། དེ་འདྲ་མ་བྱུང་ན་འཆབ་བཅས་ཀྱི་རྟེན་ལྟར་དུ་འགྱུར་  
 བའོ། རྟེན་ལྟར་ཅི་འདྲ་བྱས་པ་རྣམས་མི་སྤྲོད་པ་དང་བདེན་སྤྲོས་པ་དགོས་  
 པ་ཡོད་དོ། །མདོར་ན་རྟེན་ལྟར་འབྱུང་བའི་ལས་ལ་བཙོན་པ་བྱེད་འདོད་  
 ཀྱི་སེམས་བྱུང་མ་ཐག་དུ། བདེ་བར་གཤེགས་པའི་བསྐྱབ་བྱ་དང་འགལ་  
 ན་མི་རུང་སྒྲམ་པའི་སྒྲོན་པ་བག་ཡོད་པ་སྟེན་དགོས་ཏེ། རི་རྒྱུད་དུ། སྤྱིད་  
 འཇུག་ལས། སངས་རྒྱས་བྱུང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དག །ཀྱན་དུ་ཐོགས་  
 མེད་གཟིགས་པར་ཐུན། །དེ་དག་ཐམས་ཅད་སྤྱན་སྤྲུམ། །ཉག་པར་བདག་  
 ཅི་གནས་སོ་ཞེས། །ཞེས་གསུངས་པ་དང་། དོན་མེད་ལྟར་བ་འབྱུང་བའི་  
 རིགས་ཐ་ན་ས་ཀོ་རྩ་གཅོད་ཀྱི་ལས་ཚུན་ཆད་ལ་འཇུག་པར་མི་བྱ་སྟེ། སྤྱིད་  
 འཇུག་ལས། དོན་མེད་ས་ཀོ་རྩ་གཅོད་དང་། །ས་རིས་འབྲེ་སོགས་བྱེད་  
 གྱུར་ན། །བདེ་གཤེགས་བསྐྱབ་པ་དྲན་བྱས་ནས། །སྐྱག་པས་དེ་ཡི་མོད་  
 ལ་དོར། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ།།

བཞི་པ་ཉེས་པ་ལས་སྤྱར་ལྟོག་པའི་སྒྲོབས་ནི། སྤྲད་ཆད་ཀྱང་ཞེས་  
 པ་ནས་ལགས་སོ་བར་གྱིས་བརྟན། སྤར་བྱས་པའི་རྟེན་ལྟར་རྣམས་བཤགས་  
 པ་མ་ཟད། སྤྲད་ཕྱིན་ཆད་ཀྱང་རྟེན་ལྟར་བྱེད་བཞིན་པ་རྣམས་འཕྲོག་ཅོད་  
 ཅིང་། རྟེན་པའི་ལས་མ་བྱས་པ་རྣམས་ཅི་ནས་མི་བྱེད་སྒྲམ་དུ་རྫོམ་སེམས་

བཅན་པོ་བཟུང་བའི་དམ་བཅའ་ངེས་པར་བགྱིད་པ་ལགས་སོ། དེ་འདྲི་  
 གཉེན་པོ་སྟོབས་བཞིའི་སྒྲོན་ས་འགྲོད་སེམས་དྲག་པོས་ཟླུག་ལྷུང་བཤགས་  
 སྟོམ་ཁྱེད་པ་ཁིན་ཏུ་གལ་གནད་ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། རང་གི་ཤེས་ཀྱིད་ལ་  
 རྟེན་ཟླུག་གི་སྒྲིབ་པ་ནམས་གཉེན་པོ་སྟོབས་བཞིས་བཤགས་པས་རྒྱ་བ་  
 སྒྲིན་གྱི་སྒྲིབ་པ་དང་བྲལ་ནས་ནམ་མཁའ་གཡའ་དག་པ་བཞིན་འགྱུར་ངེས་  
 ཅན་ཡིན་ཏེ། ཇི་སྐད་དུ། དཔལ་མགོན་འཕགས་པ་རྒྱ་སྐྱབ་ཀྱི་བཤེས་སྤྲངས་  
 ལས། སྟོན་ཆད་བག་མེད་བྱས་པར་གྱུར་ན་ཡང་། བྱིས་ནས་བག་དང་  
 རྟེན་པར་བྱས་གྱུར་ན། རྒྱ་བ་སྒྲིན་བྲལ་ལྟ་བུར་ནམ་མཛེས་ཏེ། འདག་  
 པོ་སོར་མེད་མཛེད་ཟུན་བདེ་ཁྱེད་བཞིན། ཞེས་དང་། གཞན་ཡང་སྟོད་  
 འདུག་ལས། བདག་ནི་མུ་ངན་འདིགས་སེམས་ཀྱིས། མགོན་པོའི་སྤྱན་  
 རྟེན་མཛོད་སུམ་དུ། ཐལ་སྐྱར་བྱས་མོ་བཅུགས་ནས་ནི། ཟླུག་པ་ཐམས་  
 ཅད་བཤགས་པར་བགྱི། ཞེས་གསུངས་སོ། གཉིས་པ་དགེ་བ་བསྟོབ་  
 ལ་གསུམ། བསྟོབ་པའི་དཔང་པོར་གསོལ་བ་འདེབས་པ། བསྟོབ་བྱའི་དགེ་བ་  
 འོས་བཟུང་བ། ཇི་ལྟར་བསྟོབ་པའི་ཚུལ་ལོ།

དང་པོ་ནི། སངས་རྒྱུས་བཙེམ་ཟུན་འདས་ཞེས་པ་ནས། དགོངས་  
 སུ་གསོལ་ཞེས་པའི་བར་གྱིས་བསྟན། སངས་རྒྱུས་བཙེམ་ཟུན་འདས་དེ་  
 བཞིན་གཤེགས་པ་སངས་རྒྱུས་སུམ་རྩ་སོ་ལྔ་པོ་ལ་སོགས་པའི་སྐྱས་དང་བཅས་  
 པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་རྟེན་ཟླུག་ལྷུང་བཤགས་པའི་དཔང་པོ་མཛོད་པ་



བཀའ་དྲིན་ཆེ་ཞིང་། ད་དུང་བདག་ལ་ཐུགས་བརྩེ་བ་ཆེན་པོས་ཉེ་བར་དགོངས་  
ནས་བསྡོམ་པའི་དཔང་པོ་མཛད་པར་ཞལ་གྱིས་བཞེས་སུ་གསོལ། ཞེས་པ་  
ནི་སྙན་སེང་འབུལ་བ་ཡིན་ཞིང་།

གཉིས་པ་བསྡོམ་པའི་དགེ་བ་ངོས་བཟུང་བ་ནི། བདག་གི་སྐྱེ་བ་འདི་  
དང་ཞེས་པ་ནས་བསྡོམས་ནས་ཞེས་པའི་བར་གྱིས་བསྟན། འདི་ལྟར་བདག་  
གི་སྐྱེ་བ་འཕམ་ཆེ་འདི་ལ་ཕྱིན་དུག་གིས་མཆོན་པའི་དགེ་ཅུ་རྗེ་སྟེང་གཅིག་བྱས་  
པ་དང་། སྐྱེ་བ་ཐོག་མ་འདི་ཡིན་ཞེས་བཛྲོད་པ་དང་ངོས་བཟུང་མེད་ཅིང་།  
ཐམས་པདས་རྒྱས་གྱི་ས་ལ་མ་མཆིས་གྱི་བར་སྐྱེ་བ་གངས་མེད་པ་ནས། ལས་  
ཉོན་གྱི་དབང་གིས་འཁོར་བ་ན་ཡང་ནས་ཡང་དུ་འཁོར་བའི་སྤྲིད་པའི་སྐྱེ་གནས་  
སུ་ཆོས་བྱས་པར་མི་ཁོམ་པ་དང་། ཁོམ་པའི་གནས་གཞན་དག་དུ་སྐྱེས་པའི་  
ཆེན་རང་གིས་སྦྱིན་པ་གཏོང་བའི་ཡུལ། ཐ་ན་རྒྱུང་དུའི་དབང་དུ་བྱས་ན་  
དུད་འགྲོའི་སྐྱེ་གནས་སུ་སྐྱེས་པ་ཡན་ཆད་ལ་དངོས་པོ་ཉུང་དུ་ཟས་ཁམ་བུ་  
གཅིག་ཙམ་སྐྱུལ་བ་འཕམ་བྱིན་པའི་དགེ་པའི་རྩ་བ་རྣམས་གྱིས་གཙོས་རང་གི་  
ལུས་ལོངས་སྟོད་ཐམས་བཅད་ཡར་དཀོན་མཆོག་ལ་མཆོད་པ་དང་། ལར་  
སེམས་ཅན་ལ་ཟང་ཟིང་གི་སྦྱིན་པ། མི་འཇིགས་པའི་སྦྱིན་པ། ཆོས་ཀྱི་སྦྱིན་  
པ་སོགས་དགེ་ཅུ་ཆེ་རྒྱུང་ཅི་དང་ཅི་བྱས་པ་གང་ལགས་པ་འཕམ་གང་ཡིན་པ་  
དེ་དག་ཐམས་ཅད་ནི་རྫོགས་བྱང་དུ་བསྡོམ་པའི་དགེ་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་  
བདག་གིས་མི་དགེ་བ་ཅུ་སྟོང་གི་རྒྱུ་ཁྲིམས་དང་། ཉེས་སྟོད་སྡོམ་པའི་རྒྱུ་

བྱིས་མ་། དགེ་བ་ཚོས་རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱུ་ལ་བྱིས་མ་། སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་པའི་རྒྱུ་ལ་  
 བྱིས་མ་སོགས་བསྐྱེད་ས་པའི་དགེ་བའི་རྩ་བ་གང་ལགས་པའམ་གང་ཡིན་པ་  
 ཐམས་ཅད་དང་། བདག་གིས་དུས་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་བྱམས་སོགས་ཆོད་  
 མེད་བཞིའི་སྒོ་ནས་ཆོངས་པར་བྱ་ངན་ལས་འདས་པ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་དུ། རྒྱུད་  
 ལམ་བཟང་པོས་ལས་ལ་འདུག་སྟེ་ཁོང་ཁྱོའི་གཉེན་པོ་བཟོད་པ་བསྒྲུབས་པའི་  
 དགེ་བའི་རྩ་བ་གང་ལགས་པའམ་གང་ཡིན་པ་ཐམས་ཅད་དང་། བདག་  
 གིས་དུས་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་སེམས་ཅན་དམ་པའི་ཚོས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་མ་  
 སློན་པ་ནམས་སློན་པའི་ལས་ལ་འདུག་པར་བགྱིས་པ་དང་། སློན་པ་ནམས་  
 འཁོར་བ་ལས་གྲོལ་བར་བྱེད་པའི་སྒྲི་སེམས་ཀྱིས་བརྩོན་འགྲུས་བརྩམས་པའི་  
 དགེ་བའི་རྩ་བ་གང་ལགས་པའམ་གང་ཡིན་པ་ཐམས་ཅད་དང་། བདག་  
 གིས་དུས་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་བྱང་རྒྱུ་ཀྱི་མཚོག་དུ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་སྒོ་ནས།  
 བསམ་གཏན་གྱི་སེམས་ལ་ཅེ་གཅིག་དུ་བསྒྲུབ་པའི་དགེ་བའི་རྩ་བ་གང་ལགས་  
 པའམ་གང་ཡིན་པ་ཐམས་ཅད་དང་། བདག་གིས་བླ་ན་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་  
 ཀྱི་ཚོས་སྒྲི་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་དུ། འཁོར་གསུམ་ནམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་  
 རྫོང་ཉིད་ཟབ་མོ་བསྒྲུབས་པའི་དགེ་བའི་རྩ་བ་གང་ལགས་པའམ་གང་ཡིན་  
 པ་ཐམས་ཅད་དང་། མདོར་ན་བཤད་མ་ཐག་པའི་ཡར་བྱིན་དུག་གིས་བསྐྱུས་  
 པའི་དགེ་བ་དང་། འདས་མ་འོངས་ད་ལྟ་དུས་གསུམ་དུ་བསགས་པའི་དགེ་  
 བ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཕྱོགས་གཅིག་དུ་བསྐྱུས་ཤིང་། གང་ཟག་གཞན་གྱིས་

དུས་གསུམ་དུ་བསགས་པའི་དགེ་བ་ཐམས་ཅད་ཕྱོགས་གཅིག་དུ་བརྒྱམས་  
ཏེ་བསྐྱུས་ཤིང་། དེ་ནས་རང་གཞན་གཉིས་ཀྱིས་བྱས་པའི་དགེ་བ་གཉིས་  
ཀ་ལྟན་དུ་བརྩིས་ནས་ཐལ་མེད་རྫོགས་བྱང་དུ་བསྡུ་བའི་དགེ་བ་བརྟན་པ་ཡིན་  
ཞིང་།

གསུམ་པའི་ལྟར་བསྡུ་བའི་རྒྱལ་ལ་གཉིས། གཟུགས་སྐྱེ་རྫོགས་བྱང་  
དུ་བསྡུ་བ་དང་། ཆོས་སྐྱེ་རྫོགས་བྱང་དུ་བསྡུ་བའོ། །དང་པོར་མདོར་བརྟན་  
དང་རྒྱས་བཤད་གཉིས་ལས།

དང་པོ་ནི། མོང་དུ་བཤད་པའི་བསྡུ་བའི་དགེ་བ་ཐམས་ཅད་ཕྱོགས་  
གཅིག་དུ་བརྩིས་པ་དེ་ནམས་གཟུགས་སྐྱེ་རྫོགས་བྱང་རྒྱ་ན་མ་མཆིས་པའི་  
གོ་འཕང་ཐོབ་པ་བྱ་བའི་ཕྱིར་དུ་བསྡུ་བ་བྱེད་དགོས་པ་དང་།

གཉིས་པ་ནི། བསྡུ་བའི་དགེ་བ་ལྷག་མ་མ་ལུས་པ་ཕྱོགས་གཅིག་  
དུ་བརྩིས་པ་དེ་ནམས། ཆོས་སྐྱེ་ནམ་གཉིས་ཀྱི་རྫོགས་བྱང་དུ་འབྲན་ཟླ་  
གོང་ན་མ་མཆིས་པའི་རྒྱལ་བའི་སར་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དུ་བསྡུ་བ་བྱེད་  
དགོས་ཤིང་། སྤྱིར་རྒྱ་ན་མ་མཆིས་པ་དང་། མོང་ན་མ་མཆིས་པ་གཉིས་  
དོན་གཅིག་ཡིན་ཡང་། སྐབས་འདིར་ཆོས་གཟུགས་གཉིས་སོ་སོར་སྦྱར་  
བས་འགལ་བར་གཟུང་བ་མི་བྱའོ།

གཉིས་པ་རྒྱས་བཤད་ནི། བསྡུ་བའི་དགེ་བ་ནམས་བྱང་སེམས་  
འཕགས་པ་ས་བརྩུ་བ་ལ་གོང་མ་ཞེས་མཚན་གསོལ་བ་བྱས་ཤིང་། དེའི་གོང་

མ་ཡོངས་སྤྱོད་རྫོགས་པའི་སྤྱོད་པའི་ཕྱིར་དུ་བསྡོམ་བྱེད་དགོས་ལ། བསྡོམ་  
 བྱེད་དགོ་བ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཉན་རང་དགྲ་བཙེམ་དང་དག་སར་གནས་  
 པའི་བྱང་སེམས་ནམས་ལ་ཐུ་མ་ཞེས་མཚན་གསལ་བྱས་གིང་། དེའི་ཐུ་མ་  
 སྤྱལ་སྤྱོད་པའི་ཕྱིར་ཡོངས་སུ་བསྡོམས་ན་བསྡོམ་ཐུན་མེད་པ་ཡང་དག་  
 པར་ཡིན་པར་ཤེས་དགོས་སོ། །སྤྱིར་བསྡོམ་ལ་མང་བཞིག་ཡོད་པའི་ནང་  
 ནས་བརྟན་པ་རྒྱས་པའི་རྒྱར་བསྡོམ་ལ། ཐུ་མས་རྗེས་སུ་འཛིན་པའི་རྒྱར་བསྡོམ་  
 ལ། རྫོགས་བྱང་དུ་བསྡོམ་ནམས་བསྡོམ་ཐུན་མེད་པར་འགྲོ་བ་ཡིན་ལ།  
 སྐབས་འདིར་དགོ་བ་ནམས་རྫོགས་པའི་བྱང་རྒྱལ་དུ་ཡོངས་སུ་བསྡོམ་ར་བགྱི་  
 པའམ་བསྡོམ་བྱུང་། ཇི་ལྟར་ཏེ་དཔེར་ན། རྫོན་འདས་པའི་སངས་རྒྱས་  
 བཙེམ་ལྟན་འདས་འོད་སྤང་ལྟ་བུ་ནམས་ཀྱིས་རང་གཞན་གྱི་དགོ་བ་རྫོགས་  
 བྱང་དུ་ཡོངས་སུ་བསྡོམ་བྱས་པ་དང་། ཇི་ལྟར་ཏེ་དཔེར་ན། ད་ལྟར་འཇིག་  
 ཏེན་གྱི་ཁམས་འདིར་ཆོས་འཁོར་བརྒྱུར་བར་མ་བྱོན་པའི་སངས་རྒྱས་བཙེམ་  
 ལྟན་འདས་བྱམས་མགོན་དང་ཀུན་དུ་བཟང་པོ་ལྟ་བུ་ནམས་ཀྱིས་དགོ་བ་རྫོགས་  
 བྱང་དུ་ཡོངས་སུ་བསྡོམ་ར་འགྱུར་བ་དང་། ཇི་ལྟར་ཏེ་དཔེར་ན། ད་ལྟར་  
 ཞལ་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་བཙེམ་ལྟན་འདས་བདག་ཅག་གིས་རྫོན་པ་  
 བཀའ་འདྲིན་ཅན་ལྟ་བུ་ནམས་ཀྱིས་དགོ་བ་ནམས་རྫོགས་པའི་བྱང་རྒྱལ་དུ་ཡོངས་  
 སུ་བསྡོམ་ར་མཛད་པ། དཔེ་དེ་བཞིན་དུ་བདག་གིས་ཀྱང་དགོ་བ་ནམས་རྫོགས་  
 མ་མ་ལུས་པ་རྫོགས་པའི་བྱང་རྒྱལ་དུ་ཡོངས་སུ་བསྡོམ་ར་བགྱི་པའམ་བྱེད་པ་

ལ་འབད་པར་བྱའོ། རྩིག་སྤང་དག་སྤྱབ་ཅི་བྱེད་པ་ནམས་བསྡོ་བ་ནན་ཏན་  
བྱེད་དགོས་ཏེ། མདོ་ལས། གལ་ཏེ་མཚན་མ་བྱེད་ན་དེ་ནི་བསྡོ་མ་ཡིན། ཅི་  
སྟེ་མཚན་མ་མེད་ན་བྱང་ཆུབ་བསྡོ་བ་ཡིན། ཞེས་དང་། སྤྱོད་འཇུག་ལས།  
སེམས་ཅན་ཁོ་ནའི་དོན་གྱི་ཕྱིར། རམས་ཅད་བྱང་ཆུབ་ཕྱིར་བསྡོ་བོ། ཞེས་  
གསུངས་སོ། །

གསུམ་པ་དོན་བསྟུས་ཏེ་ཡན་ལག་ཚང་བར་བསྟན་པ་ལ་གཉིས།  
ཡན་ལག་བདུན་པོ་བཤད་པ། མཇུག་དུ་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྤྱབས་སུ་  
འགྲོ་བ་བསྟུས་ཅམ་བསྟན་པའོ།

དང་པོ་ནི། རྩིག་པ་ཐམས་ཅད་ནི་ཞེས་པ་ནས། དམ་པ་ཐོབ་པར་  
གྱུར་ཅིག་ ཅེས་པའི་བར་གྱིས་བསྟན། དང་པོ་ནི། ལུས་ཀྱི་ཡན་ལག་ལྔ་  
པོ་ས་ལ་རེག་སྟེ་དགོན་མཆོག་ལ་ཡུག་འཆོལ་བས། ལུས་ཀྱི་རྩིག་པ་ནམས་  
བཤགས་པ་དངོས་སུ་བསྟན་ནས་ཤུགས་ལ་ཡུག་འཆོལ་བའི་ཡན་ལག་བསྟན་  
ཅིང་། སངས་རྒྱལ་སྤྱད་དང་བཅས་པ་ནམས་ཀྱི་མཚན་བརྟོན་པ་དང་དབྱངས་  
སྟན་པོས་བསྟོན་པ་དང་། གཟུངས་སྤགས་ཟབ་མོ་བརྒྱས་པས་ངག་གིས་  
བསགས་པའི་རྩིག་པ་དངོས་སུ་བསྟན་ནས་ཤུགས་ལ་མཆོད་པའི་ཡན་ལག་  
བསྟན་ཅིང་། ལྟ་དང་ཞི་གནས་སོགས་ལམ་ལོག་ལ་འཇུག་པ་ཡིད་གྱིས་  
བསགས་པའི་རྩིག་པ་ཐམས་ཅད་ནི་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་པོའི་སོ་སོར་ནས་  
བཤགས་པ་བྱས་སོ། ཞེས་རྩིག་པ་བཤགས་པའི་ཡན་ལག་བསྟན་པ་ཡིན་

ལ། རང་གཞན་གྱི་དགེ་པའི་བསོད་ནམས་ཐམས་ཅད་ལ་ནི་དགའ་མགུ་  
 ཆེན་པོས་རྗེས་སུ་ཡི་རང་ངོ་ཞེས་རྗེས་སུ་ཡི་རང་པའི་ཡན་ལག་བརྟན་པ་དང་།  
 བྱུགས་བཅུའི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ལ་ནི་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བར་  
 བསྐྱལ་མ་བྱས་པའི་ཡན་ལག་བརྟན་པ་ཡིན་ཞིང་། བྱ་ངན་ལས་འདའ་བའི་  
 ཚུལ་མི་མཛད་པར་འཁོར་བ་མ་རྫོང་གི་བར་དུ་བཞུགས་སུ་གསོལ་བ་འདེབས་  
 པའི་ཡན་ལག་བརྟན་པ་བྱས་སོ།། བདག་གིས་བསགས་པའི་དགེ་བ་ནམས་  
 རྒྱ་ན་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོས་དཀོན་མཆོག་དམ་པ་དེཉིད་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག་  
 ཅེས་གོང་དུ་བཤད་པའི་བསྐྱོར་བ་བྱས་པ་ནམས་བསྐྱེད་ནས་ཡན་ལག་བདུན་  
 པོ་བརྟན་པར་ཤེས་པ་གྱིས་ཤིག

གཉིས་པ་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བ་བརྩམས་ཅམ་བརྟན་པ་ནི། མི་མཆོག་རྒྱལ་  
 བ་ཞེས་པ་ནས་ཉི་ཤར་མཆོའོ་ཞེས་པའི་བར་གྱིས་བརྟན། འཛིག་རྟེན་མི་ཡི་  
 རང་ནས་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་རྒྱལ་བའམ་སངས་རྒྱས་ཟས་གཙང་སྤྲས་ལྟ་བུ་གང་  
 དག་ད་ལྟར་ཞལ་བཞུགས་པ་ནམས་དང་། སངས་རྒྱས་གང་དག་མ་བཞུགས་  
 པ་འདས་ཟེན་པ་དེ་དག་ནམས་དང་། དེ་བཞིན་དུ་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་གང་  
 ལ་ཡང་མ་བྱོན་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐྱབས་སུ་བུགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་བསྐྱགས་  
 པ་མཐའ་ཡས་སམ་གངས་ཆད་དཔག་ཏུ་མེད་ཅིང་། རྫོང་མཐའ་བརྗོད་པར་  
 དགའ་བ་རྒྱ་མཆོ་དང་འབྲེལ་བའི་དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ཀུན་ལ་བདག་གིས་  
 ཡིད་གུས་པས་དང་བ། དག་གུས་པས་གསོལ་འདེབས། ལུས་གུས་པས་

ཐལ་མོ་སྐྱར་བར་བགྱིས་ཏེ་དུས་བྱང་རྒྱུ་སྤྱིང་པོའི་བར་དཀོན་མཆོག་རིན་  
 པོ་ཆེ་ནས་པ་གསུམ་ལ་སྤྱིང་ཐག་པ་ནས་སྐྱབས་སུ་ཉེ་བར་མཆི་བའམ་འགྲོ་བར་  
 བྱའོ། །དུས་ཏན་ཏུ་ཆོག་དོན་མི་བརྗེད་པ་བྲན་དགོས་སོ། །དེ་ལྟར་བྱང་  
 པོ་གསུམ་པའི་མདོ་འདི་ནི་སྤྱི་ལྷུང་བཤགས་པའི་ཐབས་ཀྱན་གྱི་ནང་ནས་  
 མཆོག་ཏུ་གྱུར་ཅིང་། དགེ་བ་རྫོགས་པའི་བྱང་རྒྱུ་ཏུ་བསྐྱོ་བའི་ཐབས་ནམས་  
 གྱི་ནང་ནས་རྒྱལ་པོ་ལྟ་བུའང་མདོ་འདི་ཉིད་ཡིན་ཞིང་། རབ་ཏུ་བྱུང་ན་ཉིན་  
 ལན་གསུམ་མཆོན་ལན་གསུམ་འདོན། འབྲིང་དུ་ཉིན་ལན་གསུམ་དུ་འདོན།  
 ཐ་མ་ཉིན་རེ་ལན་རེ་ངེས་ཅན་འདོན་དགོས་ཏེ། རི་སྐད་དུ། རྒྱལ་སྐྱུ་  
 ཆེན་པོ་ཞི་བ་ལྟའི་སྤྱོད་འཇུག་ལས། ཉིན་དང་མཆོན་དུ་ཡང་དང་ཡང་། །བྱང་  
 པོ་གསུམ་པ་འདོན་པར་བྱ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

འདིར་སྐྱུ་པ།

ཐོག་མེད་དུས་ནས་གངས་མེད་སྐྱེ་བ་བྱ། །

བགྱིས་དང་བགྱིད་སྐྱལ་སྤྱི་ལྷུང་བཤགས་ཀྱན། །

སྐྱར་དུ་བྱང་ཞིང་ཡོན་ཏན་ཀྱན་རྫོགས་པས། །

ནམ་དག་འོད་གསལ་དབྱིངས་སུ་འཛང་བྱ་ཤོག། །

བྱང་རྒྱུ་ལམ་དུ་བསྐྱོད་པའི་ཐབས་ཀྱི་མཆོག། །

ལུང་བཟང་ཐུབ་པའི་བསྟན་པ་ཉག་གཅིག་བྱ། །

བཤད་དང་སྐྱབ་པའི་ཉི་མེད་དྲགས་ཤར་ནས། །

ཁམས་གསུམ་ཕན་བདེ་འོད་གྱིས་འགྲངས་གུར་ཅིག །

མཚན་ཅམ་ཐོས་པའི་མོད་ཉིད་གདུང་སེམས་ཀྱན། །

འཛོམས་མཛད་ཐུགས་རྗེའི་གཏེར་ཆེན་ཐུང་པ་དང་། །

མཁས་པ་རྩེར་གནས་ཆོགས་ཀྱི་སྒྲུན་ལྷ་རུ། །

རྣལ་ཆད་འགལ་འབྲལ་ཉིས་ཀྱན་བཟོད་པར་གསོལ། །

ཞེས་སྐྱབ་པ་བཤགས་པའི་མཆན་འགྲེལ་འདི་ཡོངས་འཛིན་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་ཞལ་བརྒྱུད་  
ནས་ཐོན་པའི་གསུང་ཐོར་བུ་གང་ཐོས་མཆན་བུ་དཔེ་ཐོག་དུ་བཀོད་མོས་ཡོད་ཅིང་། ད་ལམ་ཆེ་  
ལས་འདས་པ་གཅིན་མོ་གཤམ་རབ་དབང་མེད་ཆེད་དུ་སྐྱབ་པ་བཤགས་མཆན་འགྲེལ་གོ་སྒྲུབ་བདེ་ཞིག་  
བྱུང་ན་ཞེས་གསུང་མོ་བསྟན་འཛིན་མཁའ་འཁྲོས་རེ་བསྐྱལ་བྱས་འོར། གུང་འི་ཀམ་ཐེང་འཛིན་  
གྱིས་ཐུ་ལོ་༡༩༧༥ རང་ལོ་སོ་གཅིག་སོན་པའི་ཁྲུམས་རྒྱའི་ཆེས་ཉལ་གུང་འི་རྒྱ་བྱང་དུ་ཐོས་སོ།  
ཁ་སྟན་འཁྲོ་ལ་ཕན་པའི་རྒྱར་གུར་ཅིག །རྟུ་། །



༡༡། ཁྱི་བཤགས་ཀྱི་མཆན་འགྲེལ་སློབ་གསར་རེ་བསྐྱོང་།

བསྐྱལ་བཟང་ནམ་འཕྲོན་བཞི་པའི་བཞེད་གཞུང་ལ། །

མད་བྱང་མདོ་སྒྲགས་ཟབ་མོའི་དགོངས་པའི་བཙུད། །

མ་ནོར་ཡིད་ལ་སྒྲུང་བའི་མིག་གཅིག་ཡུ། །

འཕྲོན་མཆོག་སྒྲ་མའི་ཞབས་ལ་ཕྱག་འཆལ་ཏེ། །

སྐལ་མཉམ་གཞན་ལ་ཕན་སྲིད་སྒྲམ་པ་ཡིས། །

དཔལ་ལྷན་སྒྲ་མའི་ཞལ་ལུང་རི་བཞིན་དུ། །

བཤད་པས་མཆན་འདི་སློབ་གསར་དོན་གཉེར་ཀྱན། །

གཞུང་མང་སྒྲུངས་ལ་འབུང་བ་སྒྲེ་སྒྲིར་བཤད། །

དེ་ཡང་སྤྲིག་ལྟར་སྒྲིའི་བཤགས་པའི་དོན་འཆད་པ་ལ་གཉིས།

བཤགས་པའི་དབུ་བཤད་པ། བཤགས་པ་དངོས་བཤད་པའོ། །དང་པོ་

ནི། ལྷ་དུ་ལགས་ཞེས་བཞེད་པ་དེ། སྒར་བྱས་ཟིན་པའི་ཉེས་པ་ནམས་ལ་

ཡིད་སྒྲོབ་དང་བཅས་འགྲོད་བཤགས་བྱེད་སེམས་སྒྲེ་པ་ཡིན་ཞིང་། རྒྱ་དཔེ་

ལ་ཆོག་འདི་ཡིད་པར་སྒྲུང་ནའང་། དེང་སྐབས་ཡིག་གསར་དག་ལ་གང་

མིས་ལྟར་བྱུང་ངོ། །གཉིས་པ་བཤགས་པ་དངོས་བཤད་པ་ལ་ལྔ་ཡིད་དེ།  
བཤགས་པའི་དཔང་པོ་གསོལ་བ་བཏབ་པ། བཤག་པ་པོའི་མིང་བཟོད་པ།  
བཤག་བྱའི་ཉེས་པ་བགངས་པ། བཤགས་པ་མཐུག་བསྐྱས་པ། སྒྲར་མི་  
བྱེད་པའི་དམ་བཅའ་བ་དང་ལྔ་ལས།

དང་པོ་བཤགས་པའི་དཔང་པོར་གསོལ་བ་བཏབ་པ་ནི། རྩ་མ་དོ་  
རྩེ་འཛིན་པ་ཆེན་པོ་ལ་སོགས་ཏེ་ཞེས་པ་ནས། བདག་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ་  
ཞེས་པའི་བར་གྱིས་བསྟན། རྩ་མ་གསུམ་ལྟན་དོ་རྩེ་འཛིན་པ་ཆེན་པོ་ལགས་  
སོགས་ཏེ། སྤྱགས་བརུ་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ན་རྩལ་བྲན་གངས་དང་མཉམ་  
པར་བཞུགས་པའི་སངས་ཀྱིས་རྣམས་དང་། གཞན་ཡང་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའ་རྣམས་དང་། ཉན་རང་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་གྱིས་ཉེས་སྦྱོན་བཤག་  
པ་པོ་བདག་ལ་ལེགས་ཉེས་འབྱེད་པའི་དཔང་པོར་དགོངས་པ་ཞལ་གྱིས་བཞེས་  
སུ་གསོལ།

གཉིས་པ་བཤག་པ་པོའི་མིང་བཟོད་པ་ནི། ཉེས་ལྟར་བྱས་པོ་བདག་  
གི་མིང་ནས་སྐབས་འདི་འཛོད་པ་ན། སྒྲོབ་དཔོན་རྟ་དབྱངས་ཞེས་བགྱི་བས་  
སོ།།

གསུམ་པ་བཤག་བྱ་ཉེས་པ་བགངས་པ་ནི། ཆོ་ཐོག་མ་མེད་པ་ཞེས་  
པ་ནས། སྐར་བ་བཏབ་པ་ལ་སོགས་པ་ཞེས་པའི་བར་གྱིས་བསྟན། ཆོ་རབས་  
འཁོར་བ་ཐོག་མ་དེས་བརྒུང་མེད་པ་ནས་དུས་ད་ལྟའི་སྤྱི་བ་འདི་ལ་ཐུག་གི་

བར་དུ་ལས་ངན་སྒྲུ་ཆོག་ས་སུ་བྱས་ཡོད་ཅིང་། དེ་འདྲི་ལས་དམན་པ་དག་  
 ལ་གོམས་པའི་སྒྲིབས་ཀྱིས་བྱང་དོར་ལ་ཆོངས་པའི་དབང་གིས། ཉོན་མོངས་  
 པའི་ཡུལ་ལ་འདོད་ཆགས་དང་ང་རྒྱལ་གྱིས་ཀྱན་ནས་བསྐྱངས་པས་ཞེ་སྤང་  
 དག་པོ་བྱས་པས་ཉེས་པ་ནམས་དང་། གཏི་ལུག་རབ་རིབ་ཀྱིས་བསྐྱབས་  
 པའི་དབང་གིས་མི་དགེ་བའི་ལས་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་བྱས་ཡོད་དེ། ལུས་ཀྱིས་  
 སྒྲིག་བཅོད་པ། འདོད་པས་ལོག་པར་གཡེམ་པ། མ་བྱིན་པར་ལེན་པ་དང་།  
 ངག་གིས་རྩུན། སྤྲ་མ། ཆོག་རྩུབ། ངག་འབྲལ་དང་ཡིད་ཀྱིས་བརྒྱབ་  
 སེམས། གནོད་སེམས། ལོག་ལྟའི་སྒྲོ་ནས་རྩིག་པ་མི་དགེ་བ་བརྩུབ་གྱིས་  
 པ་དང་། གཞན་ལ་བགྱིད་དུ་སྦྱལ་བ་དང་། གཞན་གྱིས་བགྱིས་པ་ལ་ཡི་  
 རང་བ་བགྱིས་པ་ནམས་བཤག་བྱའི་ཉེས་པ་ལགས་ཤིང་། ས་བསད་པ། མ་  
 བསད་པ། དག་བཅོམ་པ་བསད་པ། དགེ་འདུན་གྱི་དབྱེན་བྱས་པ། དེ་  
 བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་ངན་སེམས་ཀྱིས་བྱག་ཤུང་བ་དང་། མཚམས་མེད་  
 པ་ལྗེ་པོའི་ལས་ལ་མངོན་སུམ་བགྱིས་པ་ནམས་དང་། གཞན་ལ་བགྱིད་དུ་  
 བསྦྱལ་བ་དང་། གཞན་གྱིས་བགྱིས་པ་ལ་ཡི་རང་བ་བགྱིས་པ་བམས་ཅད་  
 བཤག་བྱའི་ཉེས་པ་ལགས་ཤིང་། གཞན་ཡང་མཚམས་མེད་ལྗེ་པོ་དེ་དང་  
 ཉེ་བ་དག་བཅོམ་པ་སུན་ཤུང་བ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ངེས་གནས་གསོད་  
 པ། སྒྲོབ་པ་གསོད་པ། དགེ་འདུན་གྱི་འདུ་སློའ་འཕྲོག་པ། མཆོད་རྟེན་འཛིག་  
 པ་དང་ལྗེ་པོ་མངོན་སུམ་བགྱིས་པ་ནམས་དང་། གཞན་ལ་བགྱིད་དུ་བསྦྱལ་

བ། གཞན་གྱིས་བགྱིས་པ་ལ་ཡི་རང་བ་བགྱིད་པ་ཐམས་ཅད་བཤག་བྱའི་  
 ཉེས་པ་ལགས་ཤིང་། སེ་སེར་ཐར་པའི་རྫོམ་པ་དག་བརྟེན་པ་མ་གཉིས། དག་  
 རྩལ་པ་མ་གཉིས། དག་སྟོབ་མ། དག་སྟོང་པ་མ་གཉིས་ཏེ་བདུན་པོ་རྣམས་  
 དང་འགལ་བའི་ལས་མངོན་སུམ་བགྱིས་པ་དང་། བགྱིད་དུ་བསྐྱལ་བ་བགྱིས་  
 པར་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བ་བགྱིས་པའི་ཉེས་རྣམས་བཤག་བྱ་ལགས་ཤིང་།  
 བྱང་ཁྲུབ་སེམས་དཔའི་བསྐྱབ་པ་རྣམས་དང་འགལ་བའི་ལས་མངོན་སུམ་  
 བགྱིས་པ་དང་། བགྱིད་དུ་བསྐྱལ་བ། བགྱིས་པར་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བ་བགྱིད་  
 པའི་ཉེས་རྣམས་བཤག་བྱ་ལགས་ཤིང་།

གསང་སྤྱགས་ཀྱི་བླ་མའི་དམ་ཚིག་དང་ཅ་བའི་རྣུང་བ་ཡན་ལག་གི་  
 རྣུང་བ་རྣམས་ལ་འགལ་བའི་ལས་བགྱིས་པ་དང་། བགྱིད་དུ་བསྐྱལ་བ། བགྱིས་  
 པ་ལ་ཡི་རང་བ་བགྱིད་པ་རྣམས་བཤག་བྱའི་ཉེས་པ་ལགས་ཤིང་། སྐབས་  
 ཡུལ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་རྟེན་སྦྱར་སྤྱོད་ཀྱིས་མ་གུས་པ་བགྱིས་པ་དང་།  
 གཞན་ལ་བགྱིད་དུ་བསྐྱལ་བ། བགྱིས་པ་ལ་ཡི་རང་བ་བགྱིད་པ་རྣམས་བཤག་  
 བྱའི་ཉེས་པ་ལགས་ཤིང་། སྐྱེ་བ་གངས་མེད་པ་ནས་དུས་ད་ལྟའི་བར་དུ་ག་  
 བྲག་ལྟན་པའི་པ་དང་མ་ཞིག་ལ་སྐྱེས་ཡོད་ཅིང་། ལྐབས་དེ་དུས་ཀྱི་པ་མ་  
 སེ་སེའི་དྲིན་བཞིས་གཙུག་རྒྱུང་བྱས་ཡུལ་བུས་མ་གུས་པ་བརྟེ་མེད་ཀྱིས་དྲིན་  
 རོག་པ་འཇལ་བ་བགྱིས་པ་དང་། བགྱིད་དུ་བསྐྱལ་བ། བགྱིད་པ་ལ་ཡི་  
 རང་བ་བགྱིས་པའང་ཉེས་པ་ལགས་ཤིང་།

གྲུག་པ་ལ་སྒྲིག་པ་མཁུག་གྲུབ་གཉིས་ཀྱི་མཁུག་པོ་རྣམས་དང་།  
 ཡུལ་དེ་པ་ལ་སྒྲིག་པའི་སྒྲིབ་དཔོན་རྣམས་ལ་མ་ཤེས་པ་དང་ང་རྒྱལ་གྱི་དབང་  
 གིས་མ་གུས་པ་བགྱིས་པ་དང་། བགྱིད་དུ་བསྐྱུལ་བ་དང་། བགྱིད་པ་ལ་  
 ཡི་རང་བགྱིད་པ་རྣམས་བཤག་བྱ་ཉེས་པ་ལགས་ཤིང་། དཔལ་ན་ལེན་ཏེ་  
 དག་འདུན་ལ་སྒྲིག་པ་གྲོགས་ཚངས་པ་རྣམས་དང་། ཡོན་ཏན་མཚུངས་  
 བའམ་མཉམ་ན་ཡང་བསྐྱབ་པར་སྦྱོད་པའི་སྒྲིམ་བཅུན་རྣམས་ལ་མ་གུས་པ་  
 བགྱིས་པ་དང་། ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་བའི་དམ་པའི་ཆོས་འདིའི་གནད་མ་རྟོགས་  
 པས་སྒྱུར་འདེབས་སྒྲིག་ཆོས་སྤངས་ཀྱི་ལས་བྱས་པ་དང་། རྒྱལ་བའི་གསུང་  
 རབ་རྣམས་ཀྱི་ཁེ་སྒྲིག་སྟེན་གཉེར་ཕྱིར་དུ་བྱས་ཏེ་འིན་མོས་པའི་ཉེས་པ་དང་།  
 རྟོགས་བརྩུ་འཕགས་པའི་དག་འདུན་གྱི་ཕྱི་ཕྱོད་ལེན་ཏེ་ལ་སྒྲིག་པ་རྣམས་  
 ལ་སྒྲིབ་དཔོན་པ་དང་སྒྱུར་བ་བཏབ་པ་ལ་སྒྲིག་པའི་ཉེས་པ་རྣམས་བཤག་  
 བྱ་ཉེས་སྦྱོན་ཁོན་ལགས་ཤིང་།

བཞི་པ་བཤགས་པ་མཇུག་བསྟུས་པ་ནི། མདོར་ན་མཐོ་རིས་དང་  
 ཞེས་པ་ནས་མི་སྤེད་དོ་ཞེས་པའི་བར་གྱིས་བསྟན། ད་ནི་མདོར་བསྟུས་ན་  
 མཐོ་རིས་ལྷ་མི་མདོན་མཐོའི་གོ་འཕང་དང་། མཐར་ཐུག་ཐར་པ་རྟོགས་  
 པའི་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་གོ་འཕང་ལ་གོགས་སུ་གྱུར་པའི་ཉེས་ལྷུང་ཇི་སྟེད་ཅིང་བྱས་  
 པ་རྣམས་བཤག་བྱའི་ཉེས་པ་ལགས་ཤིང་། ཁམས་གསུམ་གྱི་འཁོར་བ་ན་  
 འཁོར་བའི་ཆེ་ཉེས་སྦྱོན་སྒྲ་ཆོགས་སུ་བགྱིས་པ་རྣམས་དང་། དཔལ་བ་ཡི་

དཔལ་དུད་འགྲོ་སྤྲོད་མེད་ཀྱི་རྒྱ་ཉིད་དུ་གྱུར་པའི་རྣམས་ལྷུང་གྲངས་མེད་བྱས་  
 པ་ནམས་དང་། གཞན་ཡང་མ་དེས་པའི་ཉེས་པ་སྒྲུབ་ཀྱིས་སུ་བྱས་པ་དང་།  
 བཅ་ལྷག་སོགས་ལྷུང་པའི་ཚོགས་ཅི་བགྱིས་པ་ནམས་དང་། གཞན་ཡང་  
 བགྱིད་དུ་བསྐྱེལ་བ་དང་། གཞན་གྱིས་བགྱིས་པ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བགྱིད་  
 པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད། དཔལ་ལྷན་སྒྲུབ་གསུམ་ལྷན་དྲེ་རྒྱུ་འཛིན་པ་ཆེན་  
 པོ་ལ་སོགས་པ་ཕྱོགས་བརྒྱ་འཛིན་ཉེན་གྱི་ཁམས་ན་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱུ་  
 རྣམས་དང་། སྤྱི་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔལ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱན་རྒྱར་རང་  
 ཉེས་བྱང་པོས་མཐོལ་ལོ་བཞགས་པ་ལགས་སོ། །སྤྱི་བ་གྲངས་མེད་ནས་  
 བསགས་པའི་ཉེས་སྤྱོད་རྣམས་ད་ལྟ་མི་འཆབ་པོ་སྟེ། བཀའ་སྤྱི་མེད་པར་  
 བྱང་པོར་ཞུས་པ་ལགས། ཆོ་འདིར་མཐོང་དོགས་ཚུང་གསུམ་ཡོད་པའི་ཉེས་  
 ལྷུང་ལྷག་ལུས་མ་སོང་བ། ད་ལྟ་མི་སྤྱོད་པའང་སྤྱི་གསལ་མེད་པ་འདྲེན་མཚོག་  
 རྣམས་ཀྱི་སྤྱན་རྒྱར་བགྲང་བར་བྱེད་དོ། །སྤྱིར་མི་འཆབ་དང་མི་སྤྱོད་གཉིས་  
 དོན་གཅིག་ཡིན་ཡང་། སྤྱི་མ་ནི་སྤྱི་བ་ཐོག་མེད་ནས་ད་ལྟ་བར་གྱི་ཉེས་ལྷུང་  
 སྤྱི་ལ་སྤྱར་ཞིང་། སྤྱི་མ་ཆོ་འདིའི་ཉེས་ལྷུང་ལ་སྤྱར་བར་འགལ་བའི་སྤྱོད་མི་  
 སྤྱང་དོ། །

ལྷུང་སྤྱིར་མི་བྱ་བའི་དམ་བཅའ་བཞི། སྤྱིར་བཤད་པའི་ཉེས་ལྷུང་  
 དེ་ལྟ་བུ་ནི་སྤྱོད་ཆད་ཀྱང་མི་བྱ་སྤྱི་མ་པའི་སྤྱིང་དབུས་ནས་སྤོམ་པར་བགྱིད་  
 ལགས་སོ། །

ཞེས་པ་སྤྱི་བཤགས་ཀྱི་མཆན་འགྲེལ་སྒྲོགས་ར་ེ་སྤོང་ཞེས་པ་འདི་ནི་ཤུག་འི་བཙུན་པ་  
 རྒྱལ་མཆན་དབང་ཕྱག་དང་སྤང་མོ་བསྟན་འཛིན་མཁའ་འགྲོ་གཉིས་ཀྱིས་དོན་གཉེར་ཡོངས་ལ་ཡན་  
 པའི་ཕྱིར་དུ་མཆན་འདི་བཞིན་དགོས་ཚུལ་ནན་སྒྲུབ་ཐུང་ངོ་མ་སྤོང་ཅམ་དུ། ཡུང་རི་ཀམ་སྤྱི་མིང་  
 བསྟན་འཛིན་ཀུན་དགའ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆན་པས་མེ་མོ་སྤང་གི་ཡོར་གང་རེ་གཞུགས་པའི་ཆོས་ཀྱི་ལལ་  
 སྤར་ཁམས་སྤར་ཐོག་བཤད་བྲ་འཇམ་དབྱངས་སྤང་དུ་སྦྱར་བའོ།། དགེ་ལེགས་འཕེལ། མཆོལ།།

༡༡། ལམ་སྟོན་འགྲེལ་མཆན་གཞིན་རྒྱ་དགེས་པའི་  
དགའ་སྟོན།

སྒྲགས་ལྟ་ལྟས་བྱིན་ལ་སོགས་ཁྲིས་པ་ཡིས། །  
བརྒྱུད་པའི་ཆོག་དང་སྟོགས་དོ་འཕངས་པའི་ལན། །  
རྗེས་ཆགས་སེམས་ཀྱིས་གདང་བའི་མིག་ཙམ་ཡང་། །  
ལྟ་བར་མི་རྒྱས་ཟས་གཙང་སྤྲུལ་པོར་འདུད། །

རྒྱ་ཆེན་མི་མཛེད་སྟོང་པའི་གསུང་རབ་བརྒྱད། །  
བསྐྱུས་པའི་ཁུ་པོ་གསུམ་འདྲེས་སྤྲུལ་སྟོན་པ། །  
སྟོངས་འདིར་ཐུན་བསལ་སྟོན་མེད་པོ་རྗེ། །  
ཡིད་ཆེས་དད་འདུན་གཙུག་གི་རྒྱན་དུ་བཅེངས། །

རིག་གཞུང་ནོར་བུའི་སྒྲིང་ལ་དབང་བསྐྱུར་བའི། །  
ཁྱབ་བདག་འཁོར་ལོའི་མགོན་པོ་དགེ་བའི་བཤེས། །  
སྐུབས་ཀྱན་གཅིག་འདུས་གང་གི་ཞབས་རུལ་ལ། །  
བྱང་ཁྱབ་བར་དུ་སྟོང་ནས་སྐྱེ་བོར་འདུད། །



ནམ་དག་པ་སྒྲེའི་སྤྱབས་ལྟར་གཙང་མའི་གཞུང་། །  
 རྣམ་པ་ཀྱ་པ་སྟན་པ་ཅས་དགོངས་འགྲེལ་སྤྱར་བ་ལ། །  
 རྣམ་མང་ཐོས་པ་ཚོན་ཆེས་ཆེར་གོམས་དམན་ཡང་། །  
 རང་མཉམ་སྒོ་བུམ་འགོངས་ཕྱིར་མཆན་འདི་སྟེལ། །

འདིར་རྒྱལ་པོའི་གསུང་རབ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བཅུད། མདོ་སྤྱི་དགོངས་  
 འགྲེལ་མཐའ་དག་གི་ལྗེ་ཕུ་མིག་ འཕགས་པོད་ཀྱི་མཁས་གྲུབ་ཐམས་ཅད་  
 ཀྱི་མན་ངག་ སྦྱོར་བུ་གསུམ་གྱི་ལམ་མ་ཚང་བ་མེད་པར་སྟོན་པའི་གཞུང་  
 བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་སྟོན་མ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་དོན་འཆད་པ་ལ་གསུམ། མཚན་  
 གྱི་དོན་བཤད་པ། འགྱུར་གྱི་དོན་བཤད་པ། གཞུང་གི་དོན་བཤད་པའོ།

དང་པོ་ནི། རྒྱ་གར་སི་སྤྱི་ཏའི་རྣམ་དུ། གཞུང་འདིའི་མཚན་ལ་  
 བོ་རྟེ་པ་ཐ་བྱ་དྲི་པོ་ཞེས་སུ་གྲགས་ཤིང་། དེ་བོད་རྣམ་དུ་ཤན་སྤྱར་ན། བོ་  
 རྟེ་ནི་བྱང་ཆུབ། པ་ཐ་ནི་ལམ། བྱ་དྲི་པོ་ནི་སྟོན་མ་ཞེས་བྱ་བས། བྱང་  
 ཆུབ་ལམ་གྱི་སྟོན་མ་ཞེས་བརྟན་པ་ཅས་ཀྱི་མཚན་དེ་རྣམ་པ་དགས་སོ། སྤྱི་བ་  
 གཉིས་བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་བྱང་ཞིང་། སྤངས་རྟོགས་ཀྱི་ལོན་ཏན་མ་  
 ལུས་པ་ཆུབ་པ་དང་། ས་ལམ་གྱི་གོགས་སུ་གྱུར་པ་མཐའ་དག་ལས་སྒྲོལ་  
 ཞིང་། མ་རིག་པའི་ལུན་པ་གསལ་བའི་སྟོན་མ་ཞེས་ཤེས་པར་བྱའོ། བརྟན་  
 པ་ཅས་བསྤྱར་བའི་ཐོག་མར་རྒྱ་རྣམ་དུ་སྟོན་པ་ནི། རྒྱ་གར་ཆོས་ཁུངས་བཅུན་

པར་ཤེས་ཕྱིར་དང་། དེ་བསྐྱར་པ་པོ་ལོ་པའ་རྒྱལ་རྒྱུན་རྣམས་ཀྱི་བཀའ་འདྲིན་  
དཔེ་པ་དང་། སྤྱི་ཁྱིམ་ཏེ་ལྷན་ལ་བཀའ་ཆགས་འདྲིན་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་ནོ།

གཉིས་པ་འགྱུར་ཕྱག་ནི། ཆོས་རྒྱལ་བཀའ་ཡིས་བཅད་པ་དང་མཐུན་  
པའི་སྤྱི་ཁྱིམ་ཏེ་ལྷན་ལ་ཕྱག་ནི། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་འཇམ་དཔལ་  
གཞིན་རྒྱར་གྱུར་པ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལེ་ཞེས་པའོ། དེ་མཛོན་པའི་སྤྱི་ཁྱིམ་ཏེ་  
ཁོངས་སུ་གཏོགས་པའི་རྒྱལ་དུ་ཡིན་ཞིང་།

གསུམ་པ་གཞུང་གི་དོན་འཆད་པ་ལ་བཞི། མཆོད་པ་བརྗོད་པ།  
བཅུམ་པར་དམ་བཅའ་བ། གཞུང་དོན་དངོས་བཤད་པ། མཇུག་གི་དོན་  
ནོ། །

དང་པོ་ནི། དུས་གསུམ་རྒྱལ་བ་ཞེས་པ་ནས། གསུམ་པ་ཆེན་པོས་  
ཕྱག་བྱས་ཏེ་ཞེས་པའི་བར་ཆེག་ཀྱང་གཉིས་ཀྱིས་བསྟན། ཕྱགས་བཅུ་དུས་  
གསུམ་གྱི་སངས་རྒྱས་ཉོན་མོངས་པའི་གཡུལ་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བ་ཇི་སྟེད་  
པ་ཐམས་ཅད་དག་དང་། རྒྱལ་བ་དེ་ཡི་ཐུགས་རྒྱུད་ལ་མངའ་བའི་སྤངས་  
རྟོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དམ་པའི་ཆོས་རྣམས་དང་། རིག་ཁྲོལ་གྱི་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་  
དང་ལྷན་པའི་དགེ་འདུན་སྟོགས་སྐབས་ཡུལ་དམ་པ་རྣམས་ལ་བསྟན་བཅོས་  
ཚུམ་པ་པོ་དྲུ་པ་ཀ་ར་བདག་གིས་སྟོགས་སུ་གསུམ་པ་ཆེན་པོས་ཕྱག་རྗོད་དུ་བྱས་  
ཏེ་ཞེས་པ་ནི། དེའི་ལྷག་མ་འོག་ཏུ་བཤད་པར་དམ་བཅའ་སྟོགས་རིམ་བཞིན་  
འཆད་པ་བསྟན་ནོ། །

གཉིས་པ་བརྩམ་པར་དམ་བཅའ་བཞི། སྒོ་མ་བཟང་པོ་ཞེས་པ་  
ནས། རབ་ཏུ་གསལ་བར་བྱ་ཞེས་པའི་བར་ཆིག་ཀྱང་གཉིས་ཀྱིས་བརྟན།  
དཀའ་སྤྱད་དུ་མས་སྤྱན་བྱངས་པའི་དམིགས་ཏེན་སྒོ་གསུམ་གྱི་མཆོད་པ་དང་།  
ཕྱི་ཟེང་ཟེང་གི་དངོས་པོ་གསེར་དངུལ་སོགས་དངོས་པོ་ཀྱན་གྱིས་མཉེས་  
པར་མཛད་པའི་ཚེ་པོ་རང་གི་སྒོ་མ་གཞན་ཕན་ཁུར་འབྱེར་གྱི་ཐུགས་བསྐྱེད་  
བཟང་པོ་དང་བཅས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སྒོ་དང་ལྷན་པའི་དགེ་སྒོར་ལྷ་སྒྲ་མ་  
བྱང་ཆུབ་འོད་ཀྱིས། བོད་ལྗོངས་འདིར་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་གནས་མི་ཤེས་པའི་  
རྩོག་པོ་དག་གིས་ལྷ་སྤྱོད་མི་མཐུན་པའི་ཆོས་ལོག་མང་དུ་སྤེལ་བ་དེ་དག་ཡིད་  
གཉིས་བསལ་དུ་གསོལ་ཞེས་ལན་མང་བསྐྱལ་བར་གྱུར་པས་ན། བདག་གིས་  
མདོ་རྩོམ་གསུམ་གྱི་རྩིས་སུ་འབྲངས་ནས་རྒྱ་མེད་རྩོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་གོ་འཕང་  
ཐོབ་པའི་ལམ་གྱི་སྤྱང་བ་སྟོན་པའི་སྒོན་མ་ལྷ་བུའི་གཞུང་འདི་རབ་ཏུ་གསལ་  
བ་བྱ་ཞེས་པ་ནི་བཤད་པ་མཐར་ཐུན་པའི་ཆེད་དུ་བརྟན་པ་ཡིན་ནོ།

གསུམ་པ་གཞུང་དོན་དངོས་བཤད་པ་ལ་གཉིས། རྒྱེས་བུ་གསུམ་  
གྱི་ནམ་གཞག་མདོར་བརྟན་པ་དང་། རྒྱེས་བུ་གསུམ་གྱི་ལམ་སོ་སོར་བཤད་  
པའོ།

དང་པོ་ནི། རྒྱང་དུ་འབྱིང་དང་ཞེས་པ་ནས། སོ་སོའི་དབྱེ་བས་  
བྱི་བར་བྱ་ཞེས་པའི་བར་གོ་ལོ་ཀ་གཅིག་གིས་བརྟན། ཐར་པར་བཞོད་པའི་  
ལམ་དེ་ལ་རྒྱེས་བུ་རྒྱང་དུ་མདོན་མཐོ་ལྷ་མིའི་གོ་འཕང་དང་། རྒྱེས་བུ་འབྱིང་

གི་ཐོབ་བྱ་མཐར་ཐུག་ཉན་རང་གི་གོ་འཕང་སོགས་ལ་རེ་བ་དང་། རྒྱུས་བྱ་  
ཆེན་པོ་ལམ་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་ནི་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་གོ་འཕང་ལ་རེ་བ་བྱེད་  
པས། དེ་ནི་རྒྱུས་བྱ་གསུམ་གྱི་ངོ་བོ་མདོར་ཙམ་དུ་བསྟན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ།  
གསུམ་པོ་དེ་དག་གི་མཆོན་ཉིད་གང་ཡིན་པ་རབ་ཏུ་གསལ་བའི་དོན་གོ་སླ་བའི་  
ཕྱིར་སོ་སོའི་ཁྱད་པར་མི་འདྲ་བ་ནམས་དབྱེ་བ་བྱི་བར་བྱའོ།

གཉིས་པ་རྒྱུས་བྱ་གསུམ་གྱི་ལམ་སོ་སོ་བཤད་པ་ལ་གསུམ། རྒྱུས་  
བྱ་རྒྱུང་དུ་འཛིན་མཆོན་ཉིད། རྒྱུས་བྱ་འབྲིང་གི་མཆོན་ཉིད། རྒྱུས་བྱ་ཆེན་པོའི་  
མཆོན་ཉིད་དང་གསུམ་མོ། །

དང་པོ་ནི། གང་ཞིག་ཐབས་ནི་ཞེས་པ་ནས། དེ་ནི་རྒྱུས་བྱ་ཐ་མར་  
ཤེས་ཞེས་པའི་བར་ཤིལ་ཀ་གཅིག་གིས་བསྟན། ལྷ་མིའི་གོ་འཕང་དོན་གཉེར་  
གྱི་རྒྱུས་བྱ་གང་ཞིག་གི་མངོན་མཐོའི་ཐབས་ནི། འཇིག་རྟེན་གྱི་མ་ཡན་ཆད་  
ཀྱི་ལས་རྒྱ་འབྲས་དང་མི་དགེ་བཅུ་སྟོང་གི་རྒྱལ་ཁྲིམས་སོགས་དང་། ཆངས་  
པ་སོགས་ལྷ་ཡི་ཐེག་པ་ལ་མངོན་པར་ཞེན་ཆགས་པའི་རྒྱུས་བྱ་གང་དག་གིས།  
མདོར་ན་ཆོ་འདི་འཁོར་བའི་བདེ་བ་རྒྱུང་བྱེད་ཙམ་དེ་དག་ལ་རང་ཉིད་གཅིག་  
ཤུའི་ཕྱིར་དོན་དུ་གཉེར་བར་བྱེད་པའི་གང་ཟག་དེ་ནི། འདིར་བསྟན་རྒྱུས་  
བྱ་ཐ་མར་བ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །འདིར་བསྟན་རྒྱུས་བྱ་རྒྱུང་དུ་ལ་  
དབྱེ་བ་བཞེད་སློལ་མེད་དོ། །རྒྱུས་བྱ་གསུམ་གྱི་ལམ་མཐའ་དག་གི་རྩ་བ་  
བཤེས་གཉེན་བསྟན་པ་དང་། དལ་འཁྱོར་ལ་སྒྲིང་པོ་ལེན་པ། འཆི་བ་མི་

ནག་པ་དང་། ངན་སོང་གི་ཉེས་དམིགས་བསམ་པ་དང་། རྒྱབས་འགྲོ་དང་  
ལས་འབྲས་བསམ་ནས་མི་དགེ་བ་བརྒྱ་སྤོང་སོགས་ལ་བསྒྲུབ་དགོས་པ་ནི།  
འདིར་བརྟན་སྒྲེས་བྱ་ཆུང་དུ་འཁམ་གྱི་སྒྲོན་འགྲོ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ནི། སྤྱད་པའི་བདེ་ལ་ཞེས་པ་ནས། སྒྲེས་བྱ་དེ་ནི་འབྲིང་  
ཞེས་བྱ་ཞེས་པའི་བར་ཤོ་ལོ་ཀ་གཅིག་གིས་བརྟན། མར་མནར་མེད་ནས་  
ཡར་སྤྱད་ཅེ་འེ་བར་སྤྱད་པའི་བདེ་བ་མཐའ་དག་ལ་རྒྱལ་བསྐྱེད་ཀྱི་རང་བཞིན་  
དུ་མཐོང་སྟེ། མི་ལམ་དུ་ཡང་འདོད་མོས་མེད་པར་རྒྱལ་གྱིས་སྤྱོད་སྤྱོད་  
ཞེན་པ་ལོག་པའི་བསམ་སྤྱོད་ཁྱད་པར་དང་ལྡན་ཞིང་། སྒྲོག་སུམ་གྱི་བྱ་བ་  
ཅི་བྱེད་རྒྱུ་པའི་ལས་ཀྱན་འབྱུང་འཁོར་བའི་རྒྱ་ངན་དེ་ལས་ངས་ཅན་སྒྲོག་  
པའི་བདག་ཉིད་ལམ་བདེན་ཐོབ་ཕྱིར། མོ་ཐར་རིགས་བདུན་གང་རུང་གི་  
སྒྲོམ་པར་འདུག་པའི་སྒྲོར་བའི་ཁྱད་པར་དང་ལྡན་ཞིང་། བསམ་སྤྱོད་དེ་  
གཉིས་དང་ལྡན་པའི་རྟེན་གྱི་སྒྲེས་བྱ་གང་ཞིག། རང་ཉིད་རྒྱལ་ཀྱན་ཉེ་བར་  
ཞི་བའི་རྒྱལ་བཅས་མུང་འདས་ཅམ་དོན་དུ་གཉེར་བའི་འབྲས་བྱ་ཁྱད་པ་སྟེ།  
ཁྱད་པར་གསུམ་ལྡན་གྱི་ལམ་དུ་ཞུགས་པའི་སྒྲེས་བྱ་དེ་ནི། འདིར་བརྟན་  
སྒྲེས་བྱ་འབྲིང་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ཞིང་། འདི་ལ་དབྱེ་བ་བཞེད་སྟོལ་མི་འདྲ་  
བ་མང་བས་ཡིག་ཆོགས་ཆེ་ལ་དོགས་ཉེ་མ་བཞོད་དོ། ཆུང་དུ་ལས་ཁྱད་དུ་  
འཕགས་པ་དང་། ཆེན་པོ་ལས་དམན་པས་ན་འབྲིང་ཞེས་བཟོད་དོ།

གསུམ་པ་སྒྲེས་བྱ་ཆེན་པོ་ལ་གཉིས། མདོར་བརྟན་པ་དང་། རྒྱས་

པར་བཤད་པའོ། །

དང་པོ་ནི། རང་རྒྱུད་གཏོགས་པའི་ཞེས་པ་ནས། སྐྱེས་བུ་དེ་ནི་  
མཆོག་ཡིན་ཞེས་པའི་བར་ཤོ་ལོ་ཀ་གཅིག་གིས་བསྟན། རྒྱུད་འབྲིང་གཉིས་  
ཀྱི་ལམ་ལ་སློང་ཡང་དག་པར་སྦྱངས་པའི་དམ་པ་ནམས་ཀྱིས། རང་རྒྱུད་  
གཏོགས་པའི་འཁོར་བའི་རྒྱལ་བསྐྱེད་ཀྱིས་ཤིན་ཏུ་གདུངས་པར་མཐོང་བ་ན།  
གང་ཞིག་རང་དང་འདྲ་བའི་སེམས་ཅན་གཞན་གྱི་རྒྱལ་བསྐྱེད་ཀྱང་ལ་བསམ་  
ཞིབ་བྱས་པའི་ཆོ། རྒྱལ་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་སྐྱོབ་གཉིས་ཡང་དག་པ་ཟད་པར་ཀྱན་  
ནས་འདོད་ཅིང་ཇོགས་བྱང་དོན་གཉེར་གྱི་གཞན་ཕན་བྱང་རྒྱལ་སེམས་ལ་  
འཇུག་པའི་སྐྱེས་བུ་དེ་ནི། འདིར་བསྟན་སྐྱེས་བུ་མཆོག་གམ་ཆེན་པོ་ཡིན་  
ནོ། །རྒྱུད་འབྲིང་གཉིས་ལས་ཁྱད་དུ་འཕགས་པ་ན་མཆོག་ཅེས་བཟོ་དོ། །འདི་  
ལ་དབྱེ་བ་བཞེད་སྟོལ་མང་ཡང་མ་བྲིས་སོ། །མདོར་ན་སྐྱེས་བུ་ཆེན་པོ་ནི་  
བྱང་རྒྱལ་སེམས་ཀྱིས་ཟིན་ངེས་པ་ཞིག་དགོས་ཏེ། ཇི་སྟན་དུ། བྱང་རྒྱལ་  
སེམས་དཔའ་སེམས་ཅན་ལ། །བྲག་ཅིག་པ་ལ་བྲལ་བ་ཞིན། །ཀྱང་གི་གཏིང་  
ནས་བྱམས་པ་སྟེ། །དེ་ལྟར་ཉག་ཡན་བྱེད་པར་འདོད། ཅེས་གསུངས་སོ། །

གཉིས་པ་རྒྱུས་པར་བཤད་པ་ལ་གཉིས། ཡར་ཕྱིན་གྱི་ལམ་རྒྱུས་  
བཤད་དང་། རྒྱགས་ལ་འཇུག་ཚུལ་ཕྱོགས་ཅམ་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ལ་  
གཉིས། ལམ་གྱི་ནམ་གཞག་དང་། འབྲས་བུའི་ནམ་གཞག་བཤད་པའོ། །  
དང་པོ་ལ་གཉིས། བཤད་པར་དམ་བཅའ་བ། ལམ་ཡང་དག་པ་བསྟན་

པའོ། །

དང་པོ་ནི། སེམས་ཅན་དམ་པ་ཞེས་པ་ནས། ཡང་དག་ཐབས་  
ནི་བཤད་པར་བྱ་ཞེས་པའི་བར་ཤོ་ལོ་ཀ་གཅིག་གིས་བསྟན། སེམས་ཅན་  
ནམས་ཀྱི་ཤེས་རྒྱུད་ལ་གཞན་ཡན་གྱི་དམ་བཅའ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་རིགས་སད་  
ཅིང་། གཞན་དོན་དུ་བྱང་ཆུབ་མཆོག་གི་གོ་འཕང་ཐོབ་འདོད་ཀྱི་སྡོད་དང་  
ལྡན་པར་གྱུར་པ་དེ་དག་ལ་ནི། འདི་བཤད་འོས་སུ་བབ་པ་ཡིན་ཞིང་། ཚུལ་  
རི་ལྟ་བུར་བཤད་ཅེན། རྩོམ་གསུང་གིས་ཐོབ་པ་དང་། བྱང་ཆུབ་བཟང་པོ་  
སོགས། ལྷ་མ་དམ་པ་རྒྱལ་ཀྱན་སྤྱི་གཟུགས་ནམས་ཀྱིས་འབྲུལ་བྲལ་རྒྱལ་  
བའི་དགོངས་པ་རི་ལྟར་བསྟན་པ་ཡི་གསུང་གི་རྩིས་སུ་འབྲངས་ནས། རང་  
བཟོའི་ལྟ་ལོད་པར་ཡང་དག་པ་ཐེག་ཆེན་གྱི་ལམ་ལ་འཇུག་པའི་ཐབས་མ་  
ནོར་བ་ནི། སྐབས་འདིར་བཤད་པར་བྱའོ།

གཉིས་པ་ལམ་ཡང་དག་པར་བསྟན་པ་ལ་གཉིས། རྒྱུན་སེམས་བསྐྱབ་  
བྱ་དང་བཅས་པ། འཇུག་སེམས་བསྐྱབ་བྱ་དང་བཅས་པའོ། །དང་པོ་ལ་  
གསུམ། སྦྱར་བ་དང་། དངོས་གཞི་དང་། མཇུག་གི་བསྐྱབ་བྱའོ། །དང་  
པོ་ལ་གསུམ། ཆོགས་གསོག་པ་དང་། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སྐབས་འགོ་དང་།  
བྱང་ཆུབ་སེམས་ལ་ཁྲོ་སྦྱང་བའོ། །

དང་པོ་ནི། རྩོགས་སངས་བྱིས་སྐྱེ་ཞེས་པ་ནས། མཆོད་པ་ནམ་  
པ་བདུན་དག་ཀྱང་ཞེས་པའི་བར་ཤོ་ལོ་ཀ་གཅིག་གིས་བསྟན། བསོད་ནམས་

གྱི་ཞིང་མཚོག་དམ་པ་རྒྱལ་བ་འགྲོ་བའི་མགོན་པོ་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱལ་  
 བུ་ཀྱའི་སྤུས་པོ། རི་མོར་བྱིས་པའི་སྐྱོད་དང་། འབྱུང་དུ་བརྟོན་པ་དང་། ལུགས་  
 སུ་བྱུགས་པ་ལ་སོགས་པ་སྐྱའི་རྟེན་དང་། རིང་བསྐྱལ་སྤྱིང་པོའི་མཚོད་རྟེན་  
 སོགས་བྱུགས་གྱི་རྟེན་དང་། གསུང་རབ་སྡེ་སྡོད་དང་བཅས་དམ་པའི་ཚོས་  
 གྱི་རྟེན་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་མངོན་སུམ་ལྟར་བཞུགས་པ་ལ། དེས་པ་སྤྱོགས་  
 པས་མདུན་ནས་མཚོད་པ་བྱའོ། དངོས་པོ་ཇི་ལྟར་མཚོད་ཅེ་ན། ལྟའི་མེ་  
 རྟོག་མཛུ་རབ་སོགས་ནི་བསུང་ལྡན་པ་རྣམས་དང་། ཡིད་འཕྲོག་ནི་ངད་བྱབ་  
 པའི་བདུག་སྤོས། ལམ་མེ། ནི་མཚོག་ཞལ་བས་ཏེ། ཟང་ཟིང་གི་དངོས་  
 པོ་ཡང་དག་པའང་སྤུས་ལེགས་རང་ལ་ཅི་འགྱུར་པ་རྣམས་ལྟག་ལུས་མེད་པ་  
 ཡིས་མཚོད་པ་བྱ་བ་ནི། དངོས་རྒྱས་དངོས་བཤམས་གྱི་མཚོད་པ་ཡིན་ནོ།  
 ཡིད་སྤུལ་གྱིས་མཚོད་པའི་ཚུལ་ནི་འདི་ལྟར། རྫོང་པོ་བཀོད་པ་ལས་འབྱུང་  
 བའི་འཕགས་པ་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོའི་སྦྱོད་པའི་སྦྱོན་ལམ་ལས། རྣམ་མཁའི་  
 ཁམས་དང་མཉམ་པའི་ཁྱོན་ཀུན་ཡིངས་སུ་འགོང་བའི་མཚོད་པ་གཞན་གྱིས་  
 བདག་གིར་བཟུང་བ་མེད་པ་རྣམས། རྩོས་སྤུལ་ནས་རྒྱལ་བ་སྤུས་བཅས་  
 དག་ལ་ལུལ་བ་ན་བྱུགས་དགེས་པར་འགྱུར་རེ་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ཞིང་།  
 ཕུག་འཆལ་བ། མཚོད་པ་འབུལ་བ། སྤྲིག་པ་བཤགས་པ། རྩེས་སུ་ཡི་  
 རང་བ། ཚོས་འཁོར་བསྐྱོར་བར་བསྐྱལ་བ། བཞུགས་སུ་གསོལ་བ་གདབ་  
 པ། བསྐྱོབ་སྟེ། མཚོད་པ་རྣམ་པ་བདུན་པོ་དེ་དག་ཀྱང་མཚོད་ཅེས་བཞུན་



པའོ། །

གཉིས་པ་ནི། བྱང་ཆུབ་སྤྱིར་པོའི་ཞེས་པ་ནས། དང་པོ་སྐྱབས་  
འགྲོ་ལན་གསུམ་བྱ་ཞེས་པའི་བར་ཤི་ལོ་ཀ་གཅིག་དང་ཕྱེད་ཀ་ས་བརྟན། ཏུས་  
ཇི་སྤྱད་བྱང་ཆུབ་སྤྱིར་པོའི་མཐར་ཐུག་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་གོ་འཕང་རིན་པོ་ཆེ་མ་  
ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ། དཀོན་མཆོག་ལ་རེ་རྩེས་བྱེད་པའི་སེམས་དེ་ལས་ཏུས་ནས་  
ཡང་མི་ལྡོག་པ་ཡི་སེམས་བྱེད་པར་ཅན་ལྟར་པའི་སྐྱེ་བོ་དག་གིས། སྐྱབས་  
ལུ་ལ་དཀོན་མཆོག་ནས་གསུམ་ལ་རབ་ཏུ་དང་བའི་དད་པ་ཤུགས་དྲག་བསྐྱེད་  
ཅིང་། གུས་པ་དང་བཅས་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བའི་སྤྱོད་ལམ་འདི་ལྟར་དགོས་  
ཏེ། ཀྱང་གཉིས་ཏུས་མོའི་ལྟ་ང་སར་བཅུགས་པའང་ཅོག་ཤུར་འདུག་པ་གང་  
རུང་བྱས་ནས། ལུས་ཆོས་གོས་འཆང་བ་དང་བཅས་པར་ལག་གཉིས་ཐལ་  
མོ་རབ་ཏུ་སྦྱར་བར། སེམས་ཀྱིས་མོས་འདུན་ཡང་དག་པ་བྱས་ནས་ནི།  
དཀོན་མཆོག་གི་ཡོན་ཏན་དན་པའི་སྤྱིར་དུ་རེ་འདུན་བྱེད་པའི་སྐྱབས་འགྲོ་  
ནི་སྒྲོན་སེམས་བསྐྱེད་པའི་སྒྲོན་ཏུ་དང་པོ་སྐྱབས་འགྲོ་ལན་གསུམ་གྱི་བར་དུ་  
མ་ནོར་བར་བྱ་དགོས་ཏེ། ལམ་སྒྲོན་རང་འབྲེལ་ལས། སྐྱེས་བུ་གཙོ་བོ་  
དགོངས་སུ་གསོལ། །ཐོག་མ་མེད་ནས་འདི་བར་དུ། །བདག་ནི་འཁོར་  
བར་འཁོར་གྱུར་ཏེ། །སྤྱུག་བསྐྱལ་ནམས་ཀྱིས་ཤིན་ཏུ་དུབ། །གང་གིས་  
སྤྱུག་བསྐྱལ་མཐར་འབྲིན་པའི། །ལམ་དེ་བྱོང་གིས་བརྟན་དུ་གསོལ། །ཞེས་  
པའི་ཆོག་འདི་ལན་གསུམ་གྱི་བར་དུ་འདོན་པར་བྱ། དེ་ལྟར་སྐྱབས་སུ་སོང་།

བའི་ཤེས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་ནི། ལམ་སྒྲོན་རང་འགྲེལ་ལས། ལྷ་གཞན་ལ་ཕྱག་  
 མི་འཆལ་བ་དང་། གཞན་ལ་གཞོད་པ་དང་འཆོ་བ་སྤང་བ་དང་། ལུ་སྟེགས་  
 ཅན་དང་མི་འགྲོགས་ཤིང་དེ་དག་ལ་བསྟེན་བཀྱར་མི་བྱ་བ་དང་། ཞེས་སོགས་  
 གསུང་བ་ནི་བསྐྱབ་བྱ་བ་སྟེན་པ་ལོ། །རྒྱས་བཤད་གཞུང་གཞན་ལ་བཞུ་བར་  
 བྱའོ། །

གསུམ་པ་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་ལ་སྒྲོ་སྒྲུང་བ་ནི། དེ་ནས་སེམས་ཅན་  
 ཞེས་པ་ནས། འགྲོ་བ་ཐར་པར་འདོད་པ་ཡིས་ཞེས་པའི་བར་ཤོ་ལོ་ཀ་གཉིས་  
 ཀྱིས་བསྟན། ཚོགས་བསགས་དང་སྐྱབས་འགྲོ་སྟོན་དུ་སོང་བའི་དུས་དེ་ནས་  
 བཟུང་། ས་མར་གྱུར་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་དམིགས་ནས་དེ་དག་  
 ཡིད་དུ་འོང་བའི་བྱམས་པའི་སེམས་དེ་ནི་སྤྱིར་རྗེའི་སྟོན་དུ་འགྲོ་བས་སྟངས་  
 དཔུལ་བ་ཡི་དཀའ་དུད་འགྲོ་སྟེ་ངན་སོང་གསུམ་ཀྱི་སྟུག་བསྐྱལ་དང་། སྟེ་  
 ཀ་ན་འཆི་སོགས་ཀྱི་སྟུག་བསྐྱལ་དང་། རྒྱལ་ཆེན་རིགས་བཞི་སོགས་འདོད་  
 ལྷ་ནམས་འཆི་འཕོ་བ་སོགས་ཀྱི་སྟུག་བསྐྱལ་གསུམ་པོས་མནར་བའི་འགྲོ་བ་  
 མ་ལུས་པ་ལ་ཐུགས་བཅའི་སྟུན་གྱིས་བཞུས་ཏེ། སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་སྟུག་  
 བསྐྱལ་གསུམ་གྱིས་ནི། གདུང་བའི་སྟུག་བསྐྱལ་བ་དྲག་པོ་བྱོང་ཚུལ་ལ་བསམ་  
 ཞིབ་བྱས་པ་དང་། མདོར་ན་འགྲོ་བ་ཀུན་ལ་སྟུག་བསྐྱལ་བ་དེ་དག་ཐམས་  
 ཅད་ནི། སྟུག་བསྐྱལ་གྱི་རྒྱ་ཉོན་མོངས་པ་ཀུན་འབྱུང་བ་དེན་པར་ཐུག་པའི་  
 རྒྱ་མཚན་སོགས་ཤེས་པར་བྱས་ནས། དེ་ལས་འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་ནམས་

ཐར་པར་བྱང་ན་སྒྲུལ་པའི་འདྲི་པ་ཚུ་པོའི་རྒྱུན་ལྟར་སྤྲོད་མེ་ཆེན་པོ་ཡིས།  
 བྱངས་པའི་བྱང་ཚུབ་དོན་གཉེར་ཆེན་པོས་སྤྱང་བ་སྒྲུལ་བའོ། ཇི་སྐད་དུ་  
 ཇི་སྒྲོ་བཟང་གྲགས་པས། ལྷག་བདེན་ཉེས་དམིགས་བསམ་ལ་མ་འབད་ན།  
 །ཐར་པ་དོན་གཉེར་ཇི་བཞིན་མི་སྤྲེལིང་། །ཀུན་འབྱུང་འཁོར་བའི་འདུག་  
 རིམ་མ་བསམ་ན། །འཁོར་བའི་ཅ་བ་གཅོད་ཚུ་ལ་མི་ཤེས་པས། །ཁྲིད་ལས་  
 དེས་འབྱུང་སྒྲོ་ཤས་བརྟེན་པ་དང་། །འཁོར་བར་གང་གིས་བཅིངས་པ་ཤེས་  
 པ་གཅེས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

གཉིས་པ་དངོས་གཞི་ནི། རྩོག་པ་མེད་པར་ཞེས་པ་ནས། བྱང་  
 ཚུབ་སེམས་ནི་བསྐྱེད་པར་བྱ་ཞེས་པའི་བར་ཆོག་ཀྱང་གཉིས་ཀྱིས་བརྟེན། ད་  
 ནི་བྱམས་པ་དང་སྤྲོད་ཇི་འདྲི་དམིགས་ནམ་ཤེས་སྤྱངས་བྱས་ནས་སེམས་ཅན་  
 ནམས་ཀྱི་ཕྱིར་དུ་རྩོགས་བྱང་དོན་གཉེར་ལས་ཕྱིར་རྩོག་པ་མེད་པར་དམ་  
 བཅའ་བའི་སྒྲོན་པ་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་ནི་བསྐྱེད་དེས་པར་བྱའོ།

གསུམ་པ་མཐུག་གི་བསྐྱབ་བྱ་བཤད་པ་ལ་བཞི། ཡན་ཡོན་ལ་སྒྲོབ་  
 པ། བྱང་སེམས་སྤྱོད་བ་ལ་སྒྲོབ་པ། ཆོགས་གཉིས་བསག་པ་ལ་སྒྲོབ་པ།  
 བྱང་སེམས་བསྐྱང་བ་ལ་སྒྲོབ་པའོ། །

དང་པོ་ནི། དེ་ལྟར་སྒྲོན་པའི་སེམས་དག་ནི་ཞེས་པ་ནས། མདོ་  
 ལས་བྱམས་པས་རབ་དུ་བཤད་ཅེས་པའི་བར་ཤོ་ལོ་ཀ་གཅིག་གིས་བརྟེན།  
 ལྟར་བཤད་པ་དེ་ལྟར་བྱང་ཚུབ་སྒྲོན་པའི་སེམས་དག་ནི་ཚུ་ལ་བཞིན་བསྐྱེད་

པའི་ཡིན་ཏན་དང་། ཡན་ཡིན་དཔག་ཏུ་མེད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ནི་  
འཕགས་པ་སྤྲོད་པོ་བཀོད་པ་ཡི་མདོ་སྡེ་ལས། རྒྱལ་ཆབ་བྱམས་པས་ནོར་  
བཟང་ལ་དཔེ་ཉིས་བརྒྱ་ལྷག་ཙམ་གྱི་སྒྲོན་ས་རབ་ཏུ་རྒྱས་པར་བཤད་ཡོད་དོ།  
ཇི་ལྟར་བཤད་ཅེན། རིགས་ཀྱི་བྱ་བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་  
ཐམས་ཅད་ཀྱི་ས་བོན་ལྟ་བུའོ། དེ་ལ་སོགས་པ་མང་དུ་གསུངས་སོ།

གཉིས་པ་ནི། དེ་ཡིས་མདོ་གྲོག་པའམ་སྒྲ་མ་ལས་མཉན་ཏེ་ཞེས་  
པ་ནས། དེ་ལ་མཐའ་ནི་མ་མཆིས་སེ་ཞེས་པའི་བར་ཤོ་ལོ་ཀ་ལྡས་བརྟན།  
སྒྲོན་སེམས་ལེགས་པ་སྤྲང་བའི་བྱང་སེམས་དེ་ཡིས་ལག་ལེན་ཤེས་རྟོགས་མ་  
བྱུང་ན། རྒྱལ་བའི་གསུང་མདོ་སྡེ་ནམས་དང་བརྟན་བཅོས་སོགས་ལ་གྲོག་  
པའམ། ཡང་ན་སྒྲ་མ་བཤེས་གཉན་དམ་པ་ལས་གཞུང་དོན་མཉན་པའང་  
ཐོས་བརྩོན་ལེགས་པར་སྒྲོན་དུ་བྱས་ཏེ། ཡང་དག་པ་རྫོགས་པའི་བྱང་ཚུབ་  
ལ་དམིགས་པའི་སྒྲོན་སེམས་ཀྱི་ཡིན་ཏན་ནམ་ཡན་ཡིན་མཐའ་ལས་འདས་  
ཤིང་དཔག་ཏུ་མེད་པ་མདོ་སྡེ་ལས། ཇི་སྐད་གསུངས་པ་དེ་དག་ནམ་པར་  
མཐར་ཐུན་པ་ཤེས་པར་བྱས་དགོས་པ་ཡིན། ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། རང་རྒྱུད་  
ལ་སྒྲོན་པའི་བྱང་སེམས་དེ་མི་ཉམས་པར་གནས་པའང་གོང་འཕེལ་འགྲོ་བའི་  
རྒྱ་མཆན་ཞིབ་དབྱེད་དུ་བྱ་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་ལན་གཅིག་ལན་གཉིས་  
མ་ཡིན་པར་ཡང་ནས་ཡང་དུ་བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་དེ་ནི། ཉན་དང་  
མཆན་མོ་ལན་གསུམ་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །དེ་ཡི་ཆོ་ག་རྒྱས་པ་མ་བྱུང་ན་རྗེ་

བོ་རང་གི་གསུང་། སངས་རྒྱུ་ཆོས་དང་ཆོག་གི་མཆོག་ནམས་ལ་ཞེས་  
 སོགས་ཤོ་ལོ་ཀ་དེ་ལན་གསུམ་བུ་ལོ། འོན་ཀྱང་སེམས་ཀྱི་ཡིན་ཏན་མཐའ་  
 མེད་པ་གང་ལས་བཤད་ཅེ་ན། བྱིམ་བདག་དཔལ་བྱིན་གྱིས་ཞུས་པའི་མདོ་  
 རྩེ་དག་ལས། ལྷོན་སེམས་དེ་ཡི་བསོད་ནམས་སམ་ཡན་ཡིན་ཀྱི་ཆེར་རབ་  
 ཏུ་བསྟན་པ་ཞེས་གང་གི་ཆེ་བསྟན་ཞེ་ན། ཆོག་བཅད་གསུམ་ཙམ་དུ་མདོར་  
 བསྒྲུས་ནས་གསུངས་པ་ཡི་དོན་ནི། གཞུང་འདིར་ཡང་བྱི་བར་བྱ་བ་འདི་  
 ལྟར་ཏེ། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་བསྐྱེད་པ་ཉིད་ཀྱི་བསོད་ནམས་གང་  
 ཡིན་པ་དེ་དག་གཟུགས་ཕྱ་རགས་གང་དུ་མ་གྲུབ་མེད་ཀྱི། བསོད་ནམས་  
 དེ་ལ་གལ་ཏེ་གཟུགས་ཤིག་མཆིས་སྤྱོད་ན། རྩོགས་བརྩམས་མཁའ་ཁམས་  
 ནི་མ་ལུས་པ་དེ་ཀྱན་ཡོངས་སུ་བཀའ་སྟེ་འགོང་པར་འགྱུར་ནའང་། བྱང་  
 སེམས་ལན་གཅིག་བསྐྱེད་པའི་ཡན་ཡིན་དེ་ནི། རམ་མཁའ་དེ་བས་ཀྱང་ཁྱད་  
 ལྷག་པར་མི་ཤོང་བར་འགྱུར་པའི་ཕྱིར་རོ། །དཔེར་ན། རྒྱ་པོ་གརྒྱའི་འགྲམ་  
 ཀྱི་རྒྱ་རྩལ་དང་བྱེ་མའི་གངས་ཇི་སྟེད་ཅིག་ཡོད་པ་དེ་དང་མཉམ་པའི། སངས་  
 རྒྱུ་ཀྱི་ཞིང་ཁམས་ནམས་ལ་མི་ཕྱེད་དད་འདུན་ལྡན་པའི་མི་གང་ཞིག་གིས།  
 མཆོད་རྗེས་ཀྱི་དངོས་པོ་རིན་ཆེན་དབང་གི་རྒྱལ་པོ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་དག་གིས་  
 རྩོགས་ཀྱན་ཏུ་བཀའ་སྟེ། མཆོད་ཡུལ་འཇིག་རྟེན་མགོན་པོ་སངས་རྒྱུ་དང་  
 བཅས་ལ་འབུལ་བ་ཕུལ་བ་བྱ་པའི་བསོད་ནམས་དེ་དང་། བྱང་སེམས་ལྡན་  
 པའི་གང་ཟག་གང་ཞིག་གིས། དཀོན་མཆོག་གཅིག་འདུས་ཀྱི་སྒྲ་མ་དམ་

བ་ལ་མི་ཐེད་དང་པས་ཐལ་མོ་སྤིང་དབུས་སུ་སྒྱུར་བ་བཀྱིས་ཏེ། ཟླ་ན་མེད་  
 པའི་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པའི་རྒྱ་མཚོག་ཏུ་གྱུར་པ་ནི་བྱང་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་ཡིན་  
 རྟེན་པས། དེ་ལ་ལེགས་བརྟུང་དང་བཅས་སེམས་བསྐྱེད་པ་ན། མཚོད་པ་  
 འདི་ནི་སྤྲ་མ་བྱེ་མའི་གངས་དང་མཉམ་པའི་རིན་ཆེན་ཡུལ་བ་ལས་ཀྱང་བྱུང་  
 པར་དུ་འཕགས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དེ་ལ་དགེ་བའི་བསོད་  
 རྟེན་མས་མང་ཉུང་གངས་མཐའ་ནི་མ་མཆིས་སོ། །

གསུམ་པ་ནི། བྱང་ཆུབ་སྒྲོན་པའི་སེམས་ཞེས་པ་ནས། འབད་པ་  
 མང་པོས་ཀྱན་ཏུ་སྤེལ་བྱ་ཞིང་ཞེས་པའི་བར་ཆོག་རྐང་གཉིས་ཀྱིས་བརྟན།  
 ཡང་དག་པ་བྱང་ཆུབ་སྒྲོན་པའི་སེམས་བཟང་པོ་དེ་དག་བསྐྱེད་པ་ལ་འབད་  
 པར་བྱས་ནས་ནི། དཀོན་མཚོག་ལ་མཚོད་འབུལ་དང་པོངས་པ་ལ་སྦྱིན་པ་  
 སོགས་ཆོགས་གཉིས་བསག་པ་ལ་འབད་པ་མང་པོས་དུས་ཀྱན་ཏུ་སྤེལ་བར་  
 བྱ་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། ཆོགས་ཀྱི་གཏམ་ལས། བདག་གིས་དེ་རིང་  
 བསོད་ནམས་དང་། །ཡེ་ཤེས་ཆོགས་ནི་གང་ཞིག་གིས། །གཞན་ལ་ཕན་  
 པ་གང་བྱ་ཞེས། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཡང་ཡང་བསམ། །ཞེས་གསུངས་  
 པའི་ཕྱིར།

བཞི་པ་ནི། འདི་ནི་སྦྱེ་བ་གཞན་ཞེས་པ་ནས། བསྐྱབ་པའང་ཡོངས་  
 སུ་བསྐྱང་ཞེས་པའི་བར་ཆོག་རྐང་གཉིས་ཀྱིས་བརྟན། འདིར་བརྟན་སྒྲོན་  
 སེམས་འདི་ནི་བསྐྱབ་བྱ་མི་ཉམས་པའི་རྒྱ་ལ་བསྐྱབ་པ་ཅམ་གྱིས་མི་ཆོག་པར།

སྒྲིབ་ཕྱི་མ་ཆོ་རབས་གཞན་དུ་འང་སྒྲོན་སེམས་མི་བརྟེན་པར་བྲན་པར་བྱ་བའི་  
དོན་དུ་འོད་སྤངས་ཀྱིས་ཞུས་པའི་མདོ་ལས། ཇི་སྐད་བཤད་པའི་བསྐྱབ་པ་འང་  
ཡོངས་སུ་བསྤང་བར་འབད་པ་དུ་མས་ནན་ཏན་བྱ་དགོས་སོ། །

གཉིས་པ་འཇུག་པའི་བསྐྱབ་བྱ་དང་བཅས་པ་ལ་གསུམ། འཇུག་  
ཇྲོམ་གླང་པ། ཇི་ལྟར་གླང་བའི་ཚུ་ལ། འཇུག་ཇྲོམ་གྱི་བསྐྱབ་བྱ་ལ་སྒྲོབ་པ་འོ།

དང་པོ་ནི། འཇུག་སེམས་བདག་ཉིད་ཅེས་པ་ནས། དེ་ཕྱིར་འབད་  
པས་འདི་ནི་དེས་པར་གླང་ཞེས་པའི་བར་ཤོ་ལོ་ཀ་གཅིག་གིས་བསྟན། དེ་  
ལྟར་འཇུག་པའི་སེམས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཅན་བྱང་ཚུབ་སེམས་ཀྱི་ཇྲོམ་པ་བཟུང་  
བ་མ་གཏོགས་པར་ཐབས་གཞན་གྱིས་ཡང་དག་སྒྲོན་པའི་སེམས་བསྐྱེད་པ་  
མཐའ་མེད་དུ་སྒྱུན་སོགས་འཕེལ་བར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡང་  
དག་པ་རྫོགས་པའི་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་ཇྲོམ་པ་སྒྲུ་གཞི་སྒྲོན་སེམས་སྤེལ་ཞིང་མཐར་  
ཕྱིན་པར་འདོད་པས་གླང་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་དེ་ཡི་ཕྱིར་ན། སེམས་དཔའ་  
ཞུས་པ་མེད་པར་ཤིན་ཏུ་འབད་པས། འཇུག་ཇྲོམ་འདི་ནི་དེས་པར་གླང་བར་  
བྱའོ།

གཉིས་པ་ཇི་ལྟར་གླང་བའི་ཚུ་ལ་གསུམ། བྱང་ཇྲོམ་གླང་བའི་རྟེན།  
བྱང་ཇྲོམ་གླང་བའི་ཡུལ། བྱང་ཇྲོམ་གླང་བའི་ཆོ་གའོ། །

དང་པོ་ནི། སོ་སོར་ཐར་པའི་རིགས་བདུན་གྱི་ཞེས་པ་ནས། ལྷལ་  
བ་ཡོད་ཀྱི་གཞན་དུ་མིན་ཞེས་པའི་བར་ཤོ་ལོ་ཀ་གཅིག་གིས་བསྟན། དགོ་

བསྟན་ནས་དགེ་སྤྲོད་པར་སོ་སོར་ཐར་པའི་རིགས་བདུན་པོ་ནི། བྱང་སྡེ་ས་  
 གྱུ་པའི་ཡན་ལག་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱི་དུས་དཀག་ཏུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་ས་  
 དཔའི་སྡེ་ས་པ་ལས་གཞན་སོ་ཐར་གྱི་སྡེ་ས་པ་དེ་དག་དང་ལྡན་པའི་རྟེན་ལ།  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྡེ་ས་པ་ཡི་རྟེན་གྱི་སྐལ་བ་ཡོད་ཀྱི། རྟེན་བྱུང་པར་  
 ཅན་མི་ཡི་དབང་དུ་བྱེད་དེ། རིས་བདུན་དང་བྲལ་པའི་གང་ཟག་གཞན་དུ་  
 བྱང་སྡེ་ས་ཕུན་སུམ་ཆོག་ས་པ་སྐྱེ་བ་མིན་ཏེ། དཔལ་བྱང་ཆུབ་བཟང་པོས་  
 སྡེ་ས་པ་ཉི་ཤུ་པའི་འགྲེལ་པ་ལས། དེའི་ཕྱིར་སོ་སོར་ཐར་པའི་སྡེ་ས་པ་ལ་གཞན་  
 དང་ལྡན་པ་འདིས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྡེ་ས་པ་ཡང་དག་པར་ལེན་པའི་  
 སྟོན་དུ་གྱུར་པ་ལ། བསྐྱབ་པའི་ཆོག་འདི་ཡང་སྦྱོན་པར་བྱ། ཞེས་གསུངས་  
 པ་ལྟར་རོ། །

གཉིས་པ་ནི། སོ་སོར་ཐར་པ་རིགས་བདུན་དུ་ཞེས་པ་ནས། དགེ་  
 སྤྲོད་སྡེ་ས་པ་དག་ཏུ་བཤད་ཅེས་པའི་བར་ཤོ་ལོ་ཀ་གཅིག་གིས་བསྟན། བྱང་  
 སྡེ་ས་ལེན་པའི་ཡུལ་སྐྱ་མ་ནི་སོ་སོར་ཐར་པ་རིགས་བདུན་པོ་གང་རུང་དུ་ལྡན་  
 ཞིང་སྡེ་ས་པའི་ཆོག་ཡང་དག་པར་ལེན་པ་དང་། བྱང་སྡེ་ས་གྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་  
 ལ་གནས་ཤིང་བྱམས་སྟིང་རྩེ་དང་ལྡན་པ་ཞིག་དགོས་པའི་ཚུལ། དེ་བཞིན་  
 གཤེགས་པས་མདོ་སྡེ་རྣམས་ལས་བཤད་པ་དེ་ལ། ཉེས་ལྷུང་མ་ཤོག་པ་ཚངས་  
 པ་སྟོན་དཔལ་ནི་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་ཡིན་ཏེ། དགེ་སྤྲོད་གི་སྡེ་ས་པ་རྣམ་པར་  
 དག་པ་སྤང་པའི་ཡུལ་ཏུ་བྱུང་ཞིང་བྱུང་པར་འཕགས་པ་ཡིན་ནི་ཞེས། བཅོས་



ལྡན་འདས་ཀྱིས་དེ་ལྟར་བཞེད་དོ།

གསུམ་པ་བྱང་སྡེ་ལེན་པའི་ཆོག་ལ་གཉིས། རྒྱ་མ་ཡོད་པའི་ཆོག་དང་རྒྱ་མ་མེད་པའི་ཆོག་འོ།།

དང་པོ་ནི། བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་ས་དག་གི་ཞེས་པ་ནས། རྒྱ་མ་བཟང་པོར་ཤེས་པར་བྱ་ཞེས་པའི་བར་ཤི་ལོག་གཉིས་ཀྱིས་བརྟན། འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་ཀྱིས་མཛད་པའི་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་ས་དག་གི་ནང་ཆོན་རྒྱལ་བྲིམས་ལེའུ་ལས་གསུངས་པའི་ཆོག་དེ་ཡིས། ཡང་དག་པའི་མཆོན་ཉིད་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་དང་ལྡན་པ་ཡི་རྒྱ་མ་དགེ་པའི་བཤེས་གཉན་བཟང་པོ་དེ་ཡས། འཇུག་པའི་སེམས་ཀྱི་སྡེ་པ་སྦྱར་དངོས་རྗེས་གསུམ་ཆང་པའི་སྡོན་ས་བྱང་བར་བྱ་དགོས་སོ།། སྡེ་པའི་ཆོག་སྦྱབ་ལ་མཁས་ཤིང་བྱ་བ་དང་ལྡན་པའི་བདག་ཉིད་ཅན། རྒྱ་མ་གང་ཞིག་རྒྱལ་བྲིམས་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པའི་སྡེ་པ་ལ་གནས་པ། བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་སྡེ་པ་འཕྲིགས་པར་བཞེད་པའང་ཐེ་ཆོམ་མེད་པར་སྟེར་བར་རྣམས་པའི་ཡོན་ཏན་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ། སྦྱོར་མ་ལ་བུའི་འདྲུ་ཤེས་ལྟར་སྟིང་རྗེ་ལྡན་པའི་བསམ་པ་ཕུན་ཆོགས་དང་། སྦྱོར་པ་ཕུན་ཆོགས་དང་བཅས་པའི་ཕུན་ཆོགས་བཞི་ལྡན་གྱི་རྒྱ་མ་དེ། སྡེ་པ་ནོད་པའི་ཞིང་བཟང་པོར་ཤེས་པར་བྱ་དགོས་སོ།། སྡེ་པ་ལེན་པའི་ཆོག་ཞིབ་རྒྱས་འདོད་ན། སྦྱོབ་དཔོན་ཐོགས་མེད་ཀྱིས་མཛད་པའི་རྒྱལ་བྲིམས་ལེའུ་དང་། རྩོམ་རང་གིས་མཛད་པའི་ཆོག་ལ་བརྟུ་བར་བྱའོ།།

གཉིས་པ་སྒྲ་མ་མེད་པའི་ཆོག་ལ་གཉིས། སེམས་བསྐྱེད་དང་། རྩོམ་  
པ་བརྒྱུད་ཚུལ་ལོ།

དང་པོ་ནི། དེ་ལ་འབད་པས་འདི་འབྲ་བའི་ཞེས་པ་ནས། དེ་དག་  
འཁོར་བ་ལས་སྒྲུབ་ལོ། །ཞེས་པའི་བར་ཤི་ལོ་ཀ་གསུམ་དང་ཆོག་རྒྱུད་གཉིས་  
ཀྱིས་བསྟན། མཚན་ཉིད་ཡང་དག་དང་ལྡན་པའི་སྒྲ་མ་སྐབས་དེ་ལ་གིན་  
ཏུ་འབད་པས་བཅའ་ནའང་། ཡུལ་དུས་དབང་གིས་འདི་འབྲ་གལ་ཏེ་སྒྲ་མ་  
མཚན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་ཞིག་མ་རྟེན་ན་ངེ་ལྟར་བྱ་ཞེ་ན། སྒྲ་མ་ཡོད་པ་དེ་  
ལས་གཞན་དུ་རང་ཉིད་ཀྱིས། སྒྲ་མ་མེད་པའི་རྩོམ་པ་ནོད་པ་ཡི་ཆོག་ལུང་  
བཞིན་ཡང་དག་པ་བཤད་པར་བྱ་བ་འདི་ལྟར་ཏེ། དེ་ལ་སྒྲོན་ཆེ་བསྐལ་བ་  
དཔག་ཏུ་མེད་པའི་དུས་ཤིག་ལ། འཇམ་པའི་དཔལ་འཁོར་ལོས་བསྐྱར་བའི་  
རྒྱལ་པོ་ཨོ་བ་རྒྱ་ཇ་འཇམ། རྒྱལ་པོ་ནམ་མཁའ་ཞེས་བྱ་བར་གྱུར་པ་དེ་ཡིས།  
དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་འབྲུག་སྐྱ་དབྱངས་ཀྱི་རྒྱལ་པོའི་དུང་དུ། ངེ་ལྟར་སྒྲ་  
ན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་མཆོག་ཏུ་བྱགས་བསྐྱེད་པའི་ཚུལ་འཇམ་དཔལ་གྱི་ནི།  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་གི་རྒྱན་གྱི་བཀོད་པ་སྟོན་པའི་མདོ་ལས་བཤད་པ་ལྟར།  
དེ་བཞིན་དུ་གཞུང་འདིར་ནི་རབ་དུགས་ལ་བ་བྱི་བར་བྱ་ཞེས་དམ་བཅའ་བཤོ།  
མགོན་པོ་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་ནམས་ཀྱི་སྐུན་སྒྲ་རུ། སྒྲ་ན་མེད་པ་རྫོགས་  
པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་ངེས་པར་བྱེད་ཅིང་། མཁའ་མཉམ་གྱི་འགོ་  
བ་མ་ལུས་པ་ཐམས་ཅད་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་གོ་འཕང་ལ་མགོན་དུ་གཉེར་བ་བྱས་

ནས། དེ་དག་འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ལས་སྒྲོལ་བ་ལ་འཁོར་བའི་རྒྱ་ཀུན་  
འབྱུང་གིས་འཆིང་བ་ལས་དཀྲོལ་ལོ།

གཉིས་པ་རྩོམ་པ་བཟུང་ཚུལ་ལ་གསུམ། ཉེས་སྤྱོད་རྩོམ་པ། སེམས་  
ཅན་དོན་བྱེད། དགེ་བ་ཆོས་སྤྱད་དོ།

དང་པོ་ནི། གཞོད་སེམས་ཁྲོ་བའི་ཞེས་པ་ནས། སངས་རྒྱས་རྗེས་  
སུ་བསྐབ་པར་བྱ་ཞེས་པའི་བར་ཨོ་ལོ་ཀ་གཉིས་ཀྱིས་བསྟན། ཞེ་སྤང་དྲག་  
པོས་གཞན་ལ་གཞོད་སེམས་དང་ཁོང་ཁྲོ་བའི་སེམས་ཀྱིས་ཆོག་རྩལ་སྤྱོད་བཅིང་  
དང་། ཡོ་བྱད་ཀྱི་དངོས་པོ་གཞན་ལ་སྦྱིན་པར་བཏང་མི་རྣམས་པའི་སེར་སྒྲ་  
དང་། ས་རོལ་པོའི་ཕུན་ཆོགས་ལ་མི་བཟོད་པའི་སེམས་ནི་ཕྱག་དོག་ཡིན་  
པས་བྱང་རྩོམ་སྤང་བའི་ཉིན་དེང་ནས་བཟུང་སྟེ། ཟླ་མེད་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་གོ་  
འཕང་དེ་དག་མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ་ཡུལ་དུས་གནས་སྐབས་ཀྱི་རྩ་ཁྱོམ་བྱའོ།  
གཉིས་སྤྱོད་ཀྱི་འབྲིག་པ་སྤངས་ནས་ཆངས་པར་སྤྱོད་པ་ཡི་ལས་ལ་སྤྱད་པར་  
བྱ་ཞིང་། རྩིག་པའི་ལས་ངན་པ་ནམས་དང་མི་དགེ་བའི་རྒྱ་འདོད་པ་ལ་ཆགས་  
ཞེན་ནམས་སྤང་བར་བྱའོ། མི་དགེ་བའི་ལས་སྤྱོད་པའི་ཚུལ་བྲིམས་ཀྱི་རྩོམ་  
པ་ནམ་དག་ལ་དག་འཁོར་མཁུ་བས། སངས་རྒྱས་ནམས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་བཟང་  
པོའི་རྗེས་སུ་ལེགས་པར་བསྐབ་པར་བྱ་དགོས་ཏེ། ཇི་སྐད་དུ། སྤྱོད་འཇུག་  
ལས། འགྲོ་བའི་དེད་དཔོན་གཅིག་ཕུ་ཆད་མེད་ལོ། །ལེགས་པར་ཡོངས་  
སུ་བརྟགས་ན་རིན་ཆེན་བས། །འགྲོ་བའི་གནས་དང་བྲལ་བར་འདོད་པ་

ནམས། །རིན་ཆེན་བྱང་ཆུབ་སེམས་ལེགས་བརྟན་པོར་གཟུང་། །ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

གཉིས་པ་ནི། བདག་ཉིད་མུར་བཞི་ཚུལ་གྱིས་ནི་ཞེས་པ་ནས། བྱི་  
མའི་ལུ་མཐར་གནས་པར་བྱ་ཞེས་པའི་བར་ཤོ་ལོ་ཀ་གཅིག་གིས་བརྟན།  
བདག་རང་ཉིད་གཅིག་ཤུ་མགོགས་མུར་བཞི་ཚུལ་གྱིས་ནི། རྫོགས་པའི་བྱང་  
ཆུབ་ཀྱི་ཀྱལ་ས་ཐོབ་པར་མི་སྟོ་ཞིང་དགའ་མགུ་མེད་ལ། ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།  
གཞན་སེམས་ཅན་གཅིག་གི་དོན་དུ་འབད་པའི་རྒྱ་ཡིས་ཕྱིར་དུ་ནི། རྒྱེ་བ་  
བྱི་མའི་ལུ་མཐར་མ་ཐུག་གི་བར་དུ་འཁོར་བ་ན་གནས་པར་དེ་སྤྱིད་དུ་གཞན་  
དོན་ལ་ངལ་བ་མེད་པར་བྱ་དགོས་ཏེ། སྟོད་འཇུག་ལས། དེ་ལྟར་རྒྱད་ནི་  
གོམས་གྱུར་པ། །གཞན་གྱི་སྤྱད་བསལ་ཞི་དགའ་བས། །པརྣའི་མཆོ་རུ་  
ངང་པ་ལྟར། །མནར་མེད་པ་ཡང་འཇུག་པར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་  
པ་ལྟར་རོ། །

གསུམ་པ་ནི། ཚད་མེད་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པའི་ཞེས་པ་ནས། མི་  
དགའི་ལས་ནམས་མི་བྱའོ། ། ཞེས་པའི་བར་ཤོ་ལོ་ཀ་གཉིས་ཀྱིས་བརྟན།  
གངས་ཚད་བཟུང་དུ་མེད་ཅིང་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་  
ཁམས་དག་ཏུ་འགོད་པ་ལ། ལས་ཉོན་གྱི་ཉེས་པ་མཐའ་དག་ནམ་པར་སྦྱང་  
བར་བཅོལ་བ་བྱ་ཞིང་། འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་ནམས་ཀྱི་བདག་གི་མིང་ཐོས་  
པ་ཅམ་ནས་བཟུང་བ་བྱས་པ་དང་། དེ་དག་ལ་ཕན་པའི་སྒྲོད་དུ་ཕྱོགས་བརྩེ་

ཡི་ནིང་ཁམས་དག་ཏུ་བདག་གི་མིང་གཤམ་གིང་རྣམ་པར་གནས་པའི་ཆོ།  
 འགྲོ་བ་ཡོངས་ལ་ཕན་བདེ་སྤྲོད་པར་བྱ་དགོས་སོ།། བདག་གིས་ལུས་དང་  
 ངག་གི་ལས་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་དུ་ནི་ཉེས་རྒྱུ་མ་གོས་པ་དག་པར་བྱ།།  
 ཡིད་ཀྱིས་ལས་རྣམས་ལས་བྱུང་བའི་ཉེས་པ་ཅི་བྱས་ཀྱང་དག་པར་བྱ་སྟེ།  
 མདོར་ན་སྒོ་གསུམ་གྱི་སྦྱོད་ལམ་མི་དགའི་ལས་རྣམས་ཉལ་ཏུ་མི་བྱའོ་སྟུམ་  
 པ་དང་བཅས་ཉེ་འབད་བཅོན་བྱ་དགོས་སོ།།

གསུམ་པ་འདུག་རྫོམ་གྱི་བསྐབ་བྱ་ལ་སྒོ་བ་པ་ལ་གསུམ། ཚུལ་བྲིམས་  
 ལ་སྒོ་བ་པ། ཉིང་ངེ་འཛིན་ལ་སྒོ་བ་པ། ཤེས་རབ་ལ་སྒོ་བ་པ་འོ།།

དང་པོ་ནི། རང་གི་ལུས་ངག་སེམས་ནི་ཞེས་པ་ནས། ཚོགས་ནི་  
 ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་འགྱུར་ཞེས་པའི་བར་ཤོ་ལོ་ཀ་གཉིས་ཀྱིས་བརྟན། སྒོ་  
 གསུམ་གྱི་དྲི་མ་དག་པའི་རྒྱ་བྱང་རྒྱུ་སེམས་ཀྱིས་ཟེན་པས་རང་གི་ལུས་དང་།  
 ངག་དང་སེམས་གསུམ་གྱི་ནི། ཉེས་རྒྱུ་རྣམ་པར་དག་པའི་རྒྱ་ཐེག་པ་ཆེན་  
 པོའི་ལམ་མཆོག་འདུག་པའི་སེམས་ཀྱིས་བདག་ཉིད་ཅན་རྫོམ་པ་ལ་གནས་  
 པས་གང་ཟག་དག་གིས། སྦྱིན་པ། ཚུལ་བྲིམས། བཟོད་པ་བཅས་བསྐབ་  
 པ་གསུམ་ལ་ལུགས་སྒོ་བ་དང་མཐུན་པར་ལེགས་པ་བསྐབ་པར་བྱས་ན།  
 གོམས་པའི་རྫོམས་ཀྱིས་སྤར་བཤད་པའི་ཚུལ་བྲིམས་ཀྱི་བསྐབ་པ་གསུམ་ལ།  
 གཅེས་སྤྲོད་པའི་གུས་པ་ཇེ་ཆེར་འགྱུར་པའི་ཕྱིར་རོ།། གོང་དུ་བཤད་  
 པའི་རྒྱ་མཆོན་དེ་བས་ན། ཉོན་མོངས་པའི་སྤང་བྱ་རྣམ་པར་དག་ཅིང་གཉེན་

པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་འབྲས་བུ་ནི། བྱང་ཁྱབ་མཆོག་ཉིད་ཡིན་ཞིང་། བྱང་  
ཁྱབ་སེམས་དཔའི་རྫོམ་པ་མང་གཞིའི་སྤེང་ནས་ཚུལ་བྱིས་ས་གསུམ་གྱི་རྫོམ་  
པ་ནམ་པར་དག་པར་བསྐྱེད་བཞི། དཔེ་ཤེས་གཉིས་ལྡན་གྱིས་རྫོམ་པའི་བསྐྱབ་  
བྱ་མཐའ་དག་ལ་ནན་ཏན་དུ་འབད་པར་བྱས་པས། རྫོགས་པའི་བྱང་ཁྱབ་  
ཀྱི་རྒྱ་བསོད་ནམས་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོགས་གཉིས་ནི། ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་  
འགྱུར་བ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ།

གཉིས་པ་ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་བསྐྱབ་པ་ལ་གཉིས། མངོན་ཤེས་ཀྱི་རྒྱ་  
ཞི་གནས་ལ་བསྐྱབ་པ། ཞི་གནས་དངོས་ལ་བསྐྱབ་པའོ།

དང་པོ་ནི། བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ཞེས་པ་ནས། ཡང་ནས་ཡང་  
དུ་འབད་པར་བྱ་ཞེས་པའི་བར་ཤི་ལོ་ཀ་ལྟས་བརྟན། དེ་ལྟ་བུའི་བསོད་ནམས་  
ཀྱི་ཆོགས་དང་། ཡེ་ཤེས་རང་བཞིན་གྱི་ཆོགས་གཉིས་པོ་ནི། ཡོངས་སུ་  
རྫོགས་ཤིང་མཐར་ཐྱིན་པ་ཡི་རྒྱ་བྱུང་འཕགས་ཅན་ཞིག་རྒྱུད་ལ་སྦྱེས་ན་ནི།  
སངས་རྒྱུ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་མགིན་གཅིག་གསུང་པ་ལྟར་ཕྱོགས་མཐའ་དག་  
མཐོང་བའི་མངོན་ཤེས་དུག་པོ་བསྐྱེད་པ་ཉིད་དུ་བཞེད་དོ། །གཞན་དོན་སྦྱབ་  
པར་མངོན་ཤེས་ལ་རག་ལས་ཚུལ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ཞེན། དཔེར་ན། འདབ་  
གཤོག་ལེགས་པོ་ཡོངས་སུ་མ་རྒྱས་པའི་བྱ་དེ་ནི། ནམ་མཁའ་ལ་འཕྱར་བར་  
བྱེད་མི་རུས་པ་དེ་བཞིན་དུ། མངོན་ཤེས་ཀྱི་རྫོགས་རུས་དང་བྲལ་བའི། སེམས་  
ཅན་དེས་གཞན་གྱི་དོན་ལ་རྒྱ་ཆེན་པོའི་བྱ་བ་བྱེད་རུས་པའང་རིགས་པ་མིན་

ཏེ། ཡུམ་གྱི་མདོ་ལས། རབ་འབྱོར་དཔེར་ན་བྱ་འདབ་མ་མེད་པ་ནི། ནམ་  
 མཁའ་ལ་འཕྱར་མི་རྒྱས་སོ།། དེ་བཞིན་དུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་ཀྱང་མདོན་  
 པར་ཤེས་པ་ལ་མ་བརྟེན་པར་སེམས་ཅན་ནམས་ལམ་དུ་གཟུང་མི་རྒྱས་སོ།།  
 ཞེས་སོགས་གསུངས་སོ།། ཏེན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཡིན་ཚུ་ལ་མཉམ་  
 ནའང་མདོན་ཤེས་དྲག་པོ་དང་ལྡན་པའི་བྱང་སེམས་ཀྱིས། ཉིན་མཚན་སྤྱགས་  
 གཅིག་ལ་རང་གཞན་གྱི་དོན་དུ་བསོད་ནམས་སམ་དགེ་བའི་ཚོགས་བསགས་  
 པ་དག་ནི་གང་ཡིན་པ་དེ་དང་། མདོན་ཤེས་དྲག་པོ་དེ་དག་དང་བྲལ་བར་  
 བྱུར་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས། ཉིན་མཚན་གྱི་དུས་ལ་དབྱེར་མེད་ཏེ།  
 དུ་སྐྱེ་བ་བརྒྱར་ཡང་འབད་པས་བསགས་བསྐྱབས་བྱས་པའི་བསོད་ནམས་  
 དེ་ནི། མདོན་ཤེས་ལྡན་པའི་གང་ཟག་གི་བསོད་ནམས་དེའི་ཆ་ཅམ་ཡང་  
 ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ།། དེས་ན་མགྲོགས་སྐྱར་དུ་རྩོགས་པའི་བྱང་  
 ཆུབ་ཀྱི་གོ་འཕང་ཚོབ་ཆེད། ལྷ་ཚོགས་གཉིས་ཡོངས་སུ་རྩོགས་པར་འདོད་  
 མོས་སུ་བྱུར་བ་དེས་ནི། དངོས་སུ་རྒྱ་ལ་བརྩོན་འགྲུས་ཤུགས་དྲག་པོས་ཆེད་  
 དུ་འབད་བ་བྱས་པས་མདོན་ཤེས་དྲག་པོ་དེ་དག་འགྲུབ་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་  
 གྱི།། ལེ་ལོ་གསུམ་པོའི་དབང་དུ་འགྱུར་ན་འགྲུབ་པ་མིན་པས་བརྩོན་འགྲུས་  
 ཅུམ་དགོས་ཏེ། ཇི་སྐད་དུ། སྤྱོད་འཇུག་ལས། དེ་ལྟར་བརྩོད་པས་བརྩོན་  
 འགྲུས་བཅུམ། །འདི་ལྟར་བརྩོན་ལ་བྱང་ཆུབ་གནས། །རྒྱང་མེད་གཡོ་བ་  
 མེད་པ་བཞིན། །བསོད་ནམས་བརྩོན་འགྲུས་མེད་མི་འབྱུང་། །ཞེས་གསུངས་

སོ། །ཞིན་སྤངས་ཀྱིས་ཟིན་པའི་ཞི་གནས་ཚུལ་བཞིན་དུ་གྲུབ་པ་མ་ཡིན་པས།  
རྣམས་ལེགས་སྟེན་དབང་གིས་མངོན་ཤེས་རང་རྒྱུད་ལ་འབྱུང་བར་མི་འགྱུར་  
ལ། རྒྱ་མཚན་དེ་ཡི་ཕྱིར། ཞི་གནས་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར་དུ་སེམས་གནས་  
ཐབས་དགུ་པོ་ལ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་འབད་པར་བྱ་དགོས་པར་གནད་ཆེ་ལོ།

གཉིས་པ་ཞི་གནས་དངོས་ལ་གསུམ། ཞི་གནས་ཀྱི་ཚོགས་ལ་སྒྲིབ་  
ཚུལ། ཞི་གནས་བསྒྲུབ་ཚུལ། དེའི་ཡན་ཡོན་ནོ།

དང་པོ་ནི། ཞི་གནས་ཡན་ལག་རྣམས་ཉམས་པས་ཞེས་པ་ནས།  
ཡན་ལག་ལ་ལེགས་གནས་ཞེས་པའི་བར་གོ་ལོ་ཀ་གཅིག་དང་ཕྱེད་ཀ་ས་བརྒྱན།  
བརྩོན་འགྲུས་ཁོན་ས་ཞི་གནས་འགྲུབ་པར་མ་ཡིན་པར་ཞི་གནས་ཀྱི་ཡན་ལག་  
སྤང་བའི་ཐབས་དགུ་པོ་རྣམས་ཉམས་པས་གང་ཟག་གིས། རབ་དུ་འབད་  
དེ་ཞི་གནས་ཡུན་རིང་བསྐྱེམས་པར་བྱས་ཀྱང་། ལམ་ནི་སྤྲོད་ཕྱག་མང་པོ་དག་  
གིས་ཀྱང་ཞི་གནས་ཀྱི་ཏིང་ངེ་འཛིན་འགྲུབ་པར་མི་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། ཞི་  
གནས་ཀྱི་ཡན་ལག་དག་ཉམས་ན་ཏིང་འཛིན་མི་འགྲུབ་པ་དེ་བའི་ཕྱིར། མདོ་  
སྤྱི་ཏིང་ངེ་འཛིན་ཚོགས་ཀྱི་ལེའུ་ལས། དཔལ་བྱང་ཆུབ་བཟང་པོས་ཇི་སྐད་  
གསུངས་པའི་ཡན་ལག་རྣམས་ལ་ལེགས་པར་གནས་ཤིང་འབད་པས་བསྐྱབ་  
པར་བྱའོ།

གཉིས་པ་ནི། དམིགས་པ་གང་རུང་ཞེས་པ་ནས། ཡིད་ནི་དགེ་  
ལ་ཞེས་པའི་བར་ཚོག་རྟེན་གཉིས་ཀྱིས་བརྒྱན། དེ་ལྟར་དམིགས་པ་མཚན་



མ་དང་བཅས་པའི་ཞིག་ནས་དང་། མཚན་མ་མེད་པའི་ཞིག་ནས་གང་རུང་  
ཅིག་དག་ལ་ཡིད་ནི། རི་རྒྱལ་ལྷན་པོ་ལྟར་གཡོ་བ་མེད་པའི་དགེ་བའི་ངང་  
ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་མཉམ་པར་བཞག་པར་བྱ་དགོས་པ་དེ། ཞིག་ནས་ལ་འབད་  
ཚུ་ལ་ཡིན་པར་ཤེས་དགོས་སོ། །

གསུམ་པ་ནི། རྣལ་འབྱོར་ཞིག་ནས་གྲུབ་གྱུར་ན་ཞེས་པ་ནས། འགྲུབ་  
པར་འགྱུར་ཞེས་པའི་བར་ཆོག་རྒྱང་གཉིས་ཀྱིས་བརྟན། དེ་ལྟར་ཏིང་ངེ་འཛིན་  
ལ་ཚུ་པོའི་རྒྱན་བཞིན་བཅོམ་པའི་རྣལ་འབྱོར་པས་འདོད་ཚུང་ཆོག་ཤེས་དང་  
བཅས་དེ། ཞིག་ནས་ཡང་དག་པ་གྲུབ་པར་གྱུར་ན། སྤར་བཤད་པའི་མངོན་  
ཤེས་དེ་དག་ཀྱང་འགྲུབ་པར་འགྱུར་བར་ཐེ་ཆོམ་མེད་པ་འཕགས་པ་ནམ་  
མཁའི་མངོན་གྱི་མདོ་ལས་གསུངས་སོ། །གཞན་ཡང་རྩི་བོ་ཉིད་ཀྱིས། མངོན་  
ཤེས་མཐུ་དང་ལྷན་བྱས་དང་། །ཟག་མེད་ལ་ནི་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར། །དང་པོ་  
ཞིག་ནས་བསྐྱེད་པར་བྱ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

གསུམ་པ་ཤེས་རབ་ལ་སྒྲོབ་པ་ལ་གཉིས། ཐབས་ཤེས་ཟུང་འབྲེལ་  
གྱི་ལྷག་མཐོང་ལ་སྒྲོབ་པ། ལྷག་མཐོང་དངོས་བརྟན་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས།  
ཤེས་རབ་ལ་སྒྲོབ་པ། ཐབས་ཤེས་ཟུང་འབྲེལ་ལ་སྒྲོབ་པའོ། །

དང་པོ་ནི། ཤེས་རབ་པ་རོལ་ཕྱིན་སྒྱུར་ཞེས་པ་ནས། ཉག་ཏུ་ཐབས་  
བཅས་བསྒྲུལ་པར་བྱ། ཞེས་པའི་བར་ཤོ་ལོ་ཀ་གཅིག་དང་ཕྱེད་ཀས་བརྟན།  
ཞིག་ནས་དང་མངོན་ཤེས་སོགས་ཀྱིས་ཉོན་མོངས་པ་དང་། ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་

པ་སྐྱེས་སྤྱོད་པར་མི་རྒྱུས་ཤིང་། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཡ་  
 རོལ་དུ་ཕྱིན་པའི་སྒྲོར་བ་དང་བྲལ་བས་སྒྲིབ་པ་གཉིས་པའི་ས་བོན་བཟད་པར་  
 མི་འགྱུར་ཏེ། སྒྲོབ་དཔོན་ཅན་དུ་གྱུ་མྱེས། བསམ་གཏན་ནགས་མེས་ཡང་  
 དང་ཡང་དུ་ནི། ཉེས་པའི་ཆང་ཆིང་མང་པོ་བསྐྱེད་པས་ཀྱང་། །བདག་  
 ལྷའི་ཅ་བ་གཏན་ནས་མ་བྱུང་ན། །ཆར་གྱིས་བརྒན་བཞིན་མདུན་ནས་རབ་  
 དུ་བསྐྱེད། ཅེས་གསུངས་སོ། །རྩུ་མཚན་དེ་ཡི་ཕྱིར་ན། ཆགས་སྐྱེས་  
 ཉོན་མོངས་པ་དང་བདེན་འཛིན་བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་ཤེས་བྱ་ཡི་སྒྲིབ་  
 པ་མ་ལུས་པ་སྤང་བའི་ཕྱིར་དུ། ཤེས་རབ་ཀྱི་ཡ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པའི་ནལ་འཕྱོར་  
 དུས་ཏུ་གཏུ་བྱང་སྤྱིང་རྩེ་ཐབས་དང་བཅས་པའི་སྒྲོན་ས་བསྒྲོམ་པར་བྱ་དགོས་  
 དེས་པ་ཡིན་ཏེ། སྒྲོད་འདུག་ལས། ཉོན་མོངས་ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པ་ཡི། །ལུན་  
 པའི་གཉེན་པོ་སྤྱོད་པ་ཉིད། །ལྷུར་དུ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་འདོད་པས། །དེ་  
 བྱི་རི་ལྟར་སྒྲོམ་མི་ཁྱེད། །ཅེས་པ་ལྟར་རོ། །

གཉིས་པ་ནི། ཐམས་ཅད་བྲལ་བའི་ཤེས་རབ་དང་ཞེས་པ་ནས། ཤེས་  
 རབ་ཅེས་ནི་ཡོངས་སུ་བཤད་ཅེས་པའི་བར་ཤོ་ལོ་ཀ་ལྟས་བསྟན། དེ་ལྟར་  
 ན་ཐབས་བྱང་སྤྱིང་རྩེ་སྐྱེས་དང་བྲལ་བའི་ཤེས་རབ་གཅིག་པུ་དང་། ཤེས་  
 རབ་སྤྱོད་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་དང་བྲལ་བའི་ཐབས་གཞན་གྱི་བྱ་བ་དེ་དག་  
 གཅིག་པུ་ལ། འབད་པ་བརྒྱ་སྟག་བྱས་ཀྱང་རྟོགས་བྱང་མི་ཐོབ་པའི་ཕྱིར།  
 དེས་ན་ཐབས་ཤེས་བྱུང་འབྲེལ་ལ་བརྩོན་དགོས་པས་རྩུ་མཚན་གང་གི་ཕྱིར་

ཀླ། ཐབས་ཤེས་ལ་བྲལ་དུ་གྱུར་ན་འཆིང་བ་ཡིན་ཞེས། ཅི་མ་མེད་པར་  
 གྲགས་པའི་མདོ་ལས་གསུངས་པ་དེ་བས་ན་ཐབས་ཤེས་གཉིས་ཀ་སྤང་བར་  
 མི་བྱ་བའི་བྱང་འབྲེལ་ལ་བསྐྱབ་དགོས་ཏེ། ཅི་མེད་གྲགས་པའི་མདོ་ལས།  
 ཐབས་དང་བྲལ་བའི་ཤེས་རབ་ནི་འཆིང་བའོ། །ཤེས་རབ་དང་བྲལ་བའི་  
 ཐབས་ནི་འཆིང་བའོ། །ཞེས་པ་ལྟར་རོ། །ཤེས་རབ་ནི་གང་ཡིན་ཞེ་ན།  
 འཁོར་གསུམ་མི་རྟོགས་པའི་ལེ་ཤེས་བྱུང་པར་ཅན་དང་། ཐབས་གང་ཡིན་  
 ཞེ་ན། བྱང་ཆུབ་སེམས་དང་སྣང་རྗེ་ཆེན་པོའོ། །དེ་གཉིས་གང་ཡིན་མི་  
 ཤེས་པའི་ཐེ་ཆོམ་དག་ནི། སྤང་བར་བྱ་བའི་བྱིར་དུ། ཐབས་བྱང་སྣང་རྗེ་  
 རྣམས་དང་། གཞན་ཡང་སྤྲོས་བྲལ་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་མཚན་ཉིད་མ་  
 འདེས་པ་ཡང་དག་པའི་དབྱེ་བ་བྱབ་པའི་དགོངས་པ་བཞིན་དུ་གསལ་བར་  
 བྱའོ། །འདི་ལྟར་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་སྤངས་བའང་མ་ཡིན་པའི་  
 གཞན་བྱིན་པའི་ཕ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་ལ་སོགས་པའི་དགེ་བའི་ཆོས་རྣམས་པ་ཐམས་  
 ཅད་པ་དག་ནི་རྒྱལ་བ་རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་ཐབས་ཀྱི་བྱངས་  
 སུ་གཏོགས་པར་བཤད་དོ། །ཐབས་སྣང་རྗེ་ཆེན་པོ་ལ་གོམས་པ་ཆེས་ཆེ་བའི་  
 དབང་གིས་བདག་རང་ཉིད་ཀྱིས་དངོས་པོ་གང་རུང་ཞིག་ལ་བདེན་འཛིན་གྱི་  
 དམིགས་གཏད་གཅོད་པའི་ཤེས་རབ་རྣམ་པར་དག་པ་བསྐྱེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་  
 སྤྱོད་གཉིས་སྤོང་རྒྱས་པ་དེས་ནི་ཐུ་མེད་བྱང་ཆུབ་ལྟར་བཞིན་དུ་སྤོབ་གྱི། ཐབས་  
 སྣང་རྗེ་དང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་མེད་པར་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་

གཅིག་ཕུ་སྒྲིམ་ན་བྱང་ཆུབ་འགྲུབ་པ་མིན་ལ། ཡུང་པོ་ལྔ་དང་ཁམས་བཙེ་  
བརྒྱད་དང་སྟེ་མཆོད་བརྩ་གཉིས་པོ་དེ་ནམས། རང་བཞིན་གྱིས་སྟེ་བ་མེད་  
པར་རྟོགས་ཤིང་མཐོང་བར་འགྱུར་པའི་ཆོས་ཐམས་བཅད་རང་བཞིན་གྱིས་  
སྟོང་པ་ཉིད་དུ་ཤེས་པ་བྱ་བ་ནི། ཐབས་ཤེས་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་ཤེས་རབ་  
ཅེས་ནི་ཡིན་པར་ཡོངས་སུ་བཤད་དོ།

གཉིས་པ་ལྷག་མཐོང་དངོས་བསྟན་པ་ལ་གཉིས། རྒྱས་པར་བཤད་  
པ། མཇུག་བསྟུ་བཤོ། དང་པོ་ལ་གསུམ། ལྷག་མཐོང་གི་ཆོགས་བཤད་  
པ། ལྷག་མཐོང་བསྒྲིམ་པའི་ཚུལ། ལྷག་མཐོང་བསྒྲིམ་པའི་འབྲས་བཤོ།  
དང་པོ་ལ་བཞི། ལུ་བཞི་སྟེ་འགོག་གི་གཏན་ཆོགས། རྡོ་རྗེ་གཟུགས་མའི་  
གཏན་ཆོགས། གཅིག་དུ་བྲལ་བའི་གཏན་ཆོགས། རྟེན་གྱི་འབྲེལ་བ་འབྱུང་  
བའི་གཏན་ཆོགས་སོ།

དང་པོ་ནི། ཡོད་པ་སྟེ་བ་རིགས་མིན་ཏེ་ཞེས་པ་ནས། གཉིས་ཀ་  
དག་ཀྱང་འབྱུང་བ་མིན་ཞེས་པའི་བར་ཤོ་ལོ་ཀ་གཅིག་གིས་བསྟན། ལྷ་གུ་  
ཆོས་ཅན། ལྷ་དུས་སུ་རང་བཞིན་གྱི་ཡོད་པ་སྟེ་བ་རིགས་པ་མིན་ཏེ། སྟེ་  
བ་ཐུག་མེད་དུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། ལྷ་མེད་ལས་སྟེ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས། ལྷ་  
གུ་ཆོས་ཅན། ལྷ་དུས་སུ་མེད་པ་ལས་མི་སྟེ་སྟེ། ལྷ་མེད་ལས་སྟུ་གུ་འབྱུང་  
མི་སྟེད་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་ནམ་མཁའི་མེ་རྟོག་བཞིན་ནོ། ལྷ་གུ་ཆོས་  
ཅན། ཡོད་མེད་གཉིས་ཀ་ཡིན་པ་ལས་སྟེ་བ་མིན་ཏེ། ལྷར་བཤད་པའི་

ཉེས་པ་གཉིས་ཀར་ཐལ་བ་འགྱུར་པའི་ཕྱིར། དེས་ན་གཉིས་མེད་ལས་སྐྱེ་  
བར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། དེ་འདྲའང་མི་འཐད་དེ། ལྷ་གུ་ཚེས་ཅན། ཡོད་  
མེད་གཉིས་ཀ་མིན་པ་དག་ལས་ཀྱང་འབྱུང་བ་རིགས་པ་མིན་ཏེ། དེ་འདྲ་  
བའི་འབྲས་བུ་འབྱུང་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར། ཇི་སྐད་དུ། ལྷོང་ཉིད་བདུན་ཅུ་  
པ་ལས། ཡོད་པ་ཡོད་ཕྱིར་སྐྱེ་བ་མིན། མེད་པ་མེད་ཕྱིར་སྐྱེ་བ་མིན། ཆོས་  
མི་མཐུན་ཕྱིར་གཉིས་ཆོས་མིན། སྐྱེ་བ་མེད་ཕྱིར་གནས་འགག་མིན། ཁེས་  
གསུངས་སོ། །

གཉིས་པ་ནི། དངོས་པོ་རང་ལས་མི་སྐྱེ་ཞིང་ཁེས་པ་ནས། ཇོ་པོ་  
ཉིད་ཀྱིས་རང་བཞིན་མེད་ཅེས་པའི་བར་ཤོ་ལོ་ཀ་གཅིག་གིས་བརྟན། འོ་  
ན་དངོས་པོ་ཀུན་རང་ལས་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟར་སྐྱེ་བ་  
མི་འཐད་དེ། དངོས་པོ་ཀུན་ཆོས་ཅན། རང་ལས་མི་སྐྱེ་སྟེ། རང་ལས་སྐྱེ་  
ན་སྐྱེ་བ་ཐུག་མེད་དུ་འགྱུར་ཞིང་། ཏ་ཅང་ཐལ་བའི་གནོད་བྱེད་འདུག་པའི་  
ཕྱིར། ལྷ་གུ་ཚེས་ཅན། གཅི་པོ་བདག་དང་རྟག་དངོས་སོགས་གཞན་དང་  
གཉིས་ཀ་ལས་ཀྱང་སྐྱེ་བ་མིན་ཏེ། རེ་རེ་བ་ལས་སྐྱེ་བ་མི་འཐད་པའི་ཕྱིར།  
ལྷ་གུ་ཚེས་ཅན། ལྷ་མེད་ལས་སྐྱེ་བ་མིན་ཏེ། དངོས་ཀུན་འདུས་བྲས་ཡིན་  
པའི་རྒྱ་མཚན་དེའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་རྒྱ་མེད་ལས་སྐྱེ་བར་བཤད་པ་ནི་བདེན་  
པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཚད་མ་ནམ་འགེལ་ལས། ལྷ་མེད་གཞན་ལ་མི་སྐྱོས་ཕྱིར།  
རྟག་ཏུ་ཡོད་པ་འང་མེད་པར་འགྱུར། ཁེས་པའི་གནོད་བྱེད་ཐོག་ཏུ་འབབ་

པའི་ཕྱིར་རོ། དེ་ལྟར་ཕྱི་ནང་གི་དངོས་ཀྱི་ཆོས་ཅན། རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་  
མཐའ་བཞི་ལས་སྐྱེ་བ་མི་འཐད་དེ། རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་དུལ་ཅམ་ཡང་  
མེད་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན། མེ་ལོང་ནང་གི་གཟུགས་བརྒྱན་བཞིན་ནོ།

གསུམ་པ་ནི། ཡང་ན་ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་དག་ཅེས་པ་ནས།  
རང་བཞིན་མེད་པ་ཉིད་དུ་ངེས་ཞེས་པའི་བར་ཤོ་ལོ་ཀ་གཅིག་གིས་བརྒྱན། ཡང་  
ན་ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་དག་ཆོས་ཅན། གཅིག་དང་དུ་མས་རྣམ་པ་དཔྱད་  
ནའང་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་དེ། རོ་བོ་ཉིད་ནི་མི་དམིགས་པའི་ཕྱིར།  
སྤྱ་གཞི་ཆོས་ཅན། རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་པ་ཉིད་དུ་ངེས་ཏེ། གཟུགས་  
བརྒྱན་བཞིན་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

བཞི་པ་ནི། སྟོང་ཉིད་བདུན་ཅུ་ཞེས་པ་ནས། བསྐྱེད་པའི་དོན་དུ་  
རབ་དུ་བཤད་ཅེས་པའི་བར་ཤོ་ལོ་ཀ་གཉིས་ཀྱིས་བརྒྱན། སྟོང་ཉིད་ངེས་  
དོན་བསྐྱེད་པ་མདོ་ཀྱན་ལས་བདུས་པ་དང་། རིགས་པས་བསྐྱེད་པ་སྟོང་ཉིད་  
བདུན་ཅུ་པའི་གཞུང་ལས་འབྱུང་བའི་རིགས་པ་དང་། སྟོང་ཉིད་གཏན་ལ་  
འབེབས་པ་དབུ་མ་རྩ་བ་ཤེས་རབ་དང་། རྩ་བ་གྲགས་པ། ཞི་བ་ལྷ་ལ་མོགས་  
པ་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱི་གཞུང་ལས་ཀྱང་དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ནམ་  
ཡུལ་གདོད་མ་ནི་ནས་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་གྲུབ་སྟེ། རྟན་འབྲེལ་སྤྱི་མ་ཅམ་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར། མདོར་ན་ཆོས་རྣམས་རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་སྟོང་རྩུབ་གཏན་ཆོགས་བཞིས་  
རི་ལྟར་བཤད་པའི་གནད་ལ། ལུང་རིགས་ཀྱིས་ཞིབ་དཔྱད་ཆེན་པོས་ལྟ་

བའི་ཕུ་ཐག་ཚོད་པ་དགོས་ཏེ། བྱང་ཆུབ་སེམས་འགྲེལ་ལས། ཚོས་ནམས་  
 སྒྲིང་པ་འདི་ཤེས་ནས། ལས་དང་འབྲས་བུ་བསྟེན་པ་གང་། རོ་མཚར་  
 བས་ཀྱང་འདི་རོ་མཚར་། ཟད་བྱང་བས་ཀྱང་འདི་ཟད་བྱང་། ཞེས་གསུངས་  
 པ་ལྟར་རོ། ། འོན་ལུང་རིགས་དེ་དག་འདིར་གང་གི་ཕྱིར་མི་བཟོད་ཅེ་  
 ན། འདིར་གཞུང་ནི་ཆོས་མང་བར་འགྱུར་གྱི་དོགས་པས་མ་བོད། གནད་  
 དོན་དེ་ཡི་ཕྱིར་འདིར་ནི་རྒྱས་པ་མ་སྒྲིམ་ལ། སྐབས་འདིར་དབུ་མ་ཆེན་པོའི་  
 བྱུང་པའི་གནས་ལུགས་ཟབ་མོ་བྱུང་མཐའ་འདི་ཙམ་ཞིག་དུ་བདག་མེད་པ་  
 བསྒྲུབ་པའི་དོན་དུ་རབ་དུ་བསྐྱུས་ནས་བཤད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་ལྟག་མཐོང་སྒྲིམ་པའི་ཚུལ་ནི། དེ་བས་ཚོས་ནམས་མ་ལུས་  
 བའི་ཞེས་པ་ནས། རྒྱུ་ཉིད་མེད་པར་དེ་བསྒྲུབ་བྱ་ཞེས་པའི་བར་ཤོ་ལོ་ཀ་  
 གཉིས་ཀྱིས་བསྟན། ཕྱང་ཁམས་སྒྲེམ་ཆེད་ཀྱིས་བརྒྱས་པའི་ཚོས་ནམས་བདག་  
 མེད་པ་དེ་བས་ན། གང་ཟག་དང་ཡུང་པོ་སོགས་ཚོས་ནམས་གཅིག་ཀྱང་  
 མ་ལུས་པའི་རང་བཞིན་དག་ནི་བྱུང་མི་སྤྱད་དེ། རིགས་པས་བཙལ་བའི་  
 ཆོ་དུལ་ཙམ་ཡང་རྟེན་པར་མི་དམིགས་པའི་ཕྱིར། ཤེས་བྱའི་ཚོས་ཐམས་  
 ཅད་བདག་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་པར་དབྱུད་ཞིབ་བྱེད་དགོས་པ་ནི། སྒྲིམ་པའི་  
 རྟེན་གྱི་སྒྲེབ་ཕྱི་གང་ཉིད་ཀྱིས་བསྒྲུབ་བྱ་དེ་ཉིད་གནས་ལུགས་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་  
 རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་སྒྲིམ་པ་ཡིན་ནོ། ། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་  
 ནི་གང་ཟག་དང་ཚོས་ནམས་ཀྱན་ལ་དབྱུད་པའི་ཆོ། གང་གི་རང་བཞིན་

གྱི་བདེན་གྲུབ་མ་མཐོང་བའི་ཕྱིར། དེ་བཞིན་དུ་ཤེས་རབ་དེ་ཉིད་ཀྱང་རིགས་  
པས་རྣམ་པར་ཡང་དག་པར་དབྱེད་པ་ན། རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པ་མི་སྲིད་  
དོ། དེ་ལྟར་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཚུལ་གྱི་བདག་མེད་པར་འཁོར་གསུམ་  
མི་དམིགས་པའི་གནས་ལུགས་དེ་བསྐྱོམ་པར་བྱའོ།

གསུམ་པ་ལྷག་མཐོང་བསྐྱོམ་པའི་འབྲས་བུ་ལ་གཉིས། དངོས་ཀྱི་  
དོན། ལུང་གིས་བསྒྲུབ་པའོ།

དང་པོ་ནི། རྣམ་རྟོག་ལས་བྱུང་ཞེས་པ་ནས། ཟུང་ན་འདས་པ་  
མཆོག་ཡིན་ནི་ཞེས་པའི་བར་ཤོ་ལོ་ཀ་གཅིག་གིས་བརྟན། དངོས་ཀྱན་བདེན་  
པར་འཛིན་པའི་རྣམ་རྟོག་ལས་བྱུང་བའི་འཛིན་རྟོག་སྲིད་པ་འཁོར་བའི་ཉོན་  
མོངས་འདི་དག་རྣམ་པར་རྟོག་པས་སྒྲོ་བདགས་པའི་བདག་ཉིད་ཙམ་ཡིན་ཏེ།  
རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་དུལ་ཙམ་ཡང་མེད་པ་དེ་ཡི་ཕྱིར། མ་ལུས་ཏེ་ལུས་  
པ་མེད་པའི་རྣམ་རྟོག་མཐའ་དག་སྤངས་པ་དེ་མི་གནས་པའི་ཟུང་ན་ལས་འདས་  
པ་ཐར་པའི་རྒྱ་མཆོག་ཡིན་ནོ།

གཉིས་པ་ནི། དེ་ལྟར་ཡང་ནི་ཞེས་པ་ནས། རིམ་གྱིས་མི་རྟོག་ཐོབ་  
པར་འགྱུར་ཞེས་པའི་བར་ཤོ་ལོ་ཀ་གཉིས་དང་བྱེད་ཀས་བརྟན། མི་རྟོག་  
ཡེ་ཤེས་དེ་ལས་གྱི་མཆོག་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་ཡང་ནི་བཙོམ་ཡན་འདས་ཀྱིས་སྐྱུ་  
ཁ་ལས། བདག་འཛིན་རྣམ་རྟོག་འདི་ནི་སྲིད་པའི་ཅ་བ་མ་རིག་པ་ཆེན་པོ་  
སྟེ། གཏིང་མཐའ་མེད་པ་འཁོར་བའི་རྒྱ་མཆོར་རྩུང་བར་རྒྱ་བྱེད་པའི་ཕྱིར།



རྣམ་རྟོག་མེད་པའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་ལ་གནས་པ་འང་གོམས་པར་མཐར་ཕྱིན་པ་  
 བྱུང་བ་ན། རྟོན་ཀའི་སྤྱིན་དང་བྲལ་བའི་རྣམ་མཁའ་བཞིན་དུ་རྣམ་རྟོག་མེད་  
 པའི་ཆོས་ཉིད་གསལ་བར་མངོན་སུམ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་རྣམ་  
 པར་མི་རྟོག་པ་ལ་འཇུག་པའི་གཟུངས་ལས་ཀྱང་སྤྱེད་ཆེན་དམ་པའི་ཆོས་ཟེ་  
 མོ་འདི་ལ་རྒྱལ་བའི་སྤྲས་པོས། མཚན་འཛིན་དང་བྲལ་བའི་རྣམ་པར་མི་  
 རྟོག་པའི་ཏིང་འཛིན་ལ་བསམ་ཁིང་གོམས་པར་གྱུར་ན། རྣམ་རྟོག་གི་དྲ་བ་  
 བཤོད་དཀའ་བ་རྣམས་ལས་འདས་ཏེ། རིམ་གྱིས་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་  
 ཤེས་ཐོབ་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་ཏེ། བཤེས་སྤྱིངས་ལས། རྟོན་ཅིང་འབྲེལ་  
 བར་འབྱུང་འདི་རྒྱལ་བ་ཡི། །གསུང་གི་མཛོད་ཀྱི་གཅེས་པ་ཟེ་བའོ་སྟེ། །གང་  
 གིས་འདི་ནི་ཡང་དག་མཐོང་བ་དེས། །སངས་རྒྱས་དེ་ཉིད་རིག་པ་རྣམ་མཆོག་  
 མཐོང་། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

གཉིས་པ་མཇུག་བསྟུ་བ་ནི། ལུང་དང་རིག་པ་དག་ཅེས་པ་ནས།  
 རྣམ་པར་རྟོག་མེད་བསྟོམ་པ་བྱ་ཞེས་པའི་བར་ཤོ་ལོ་ཀ་གཅིག་གིས་བསྟན།  
 དེས་པའི་དོན་གྱི་ལུང་དང་བྱི་མ་མེད་པ་རིགས་པའི་ཆོགས་དག་གིས་ནི། ལུང་  
 ཁམས་ཀྱིས་བསྟུས་པའི་ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་བདེན་པའི་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་  
 ཕྱིར་ན། རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་ཆ་ཙམ་ཡང་མེད་པར་དེས་ཤིང་སྟོོ་འདོགས་  
 ཆོད་པར་བྱས་ནས། རྣམ་པར་རྟོག་པ་མེད་པ་དེ་ཉིད་རྩྱལ་བཞིན་དུ་བསྟོམ་  
 པར་བྱ་དགོས་ཏེ། རི་སྐད་དུ། སྤྱོད་འཇུག་ལས། དེ་རྣམས་བདག་གི་སེམས་

འདིན། །ལེགས་བཟུང་ལེགས་པར་བསྐྱུང་བར་བྱ། །སེམས་བསྐྱུང་བརྟུལ་  
ཞུགས་མ་གཏོགས་པ། །བརྟུལ་ཞུགས་མང་པོས་ཅི་ཞིག་བྱ། །ཞེས་གསུངས་  
སོ། །

གཉིས་པ་འབྲས་བུའི་ནམ་གཞག་བཤད་པ་ནི། དེ་ལྟར་དེ་ཉིད་བསྐྱོམ་  
ཞེས་པ་ནས། སངས་རྒྱུས་བྱང་ཆུབ་ཡུན་མི་རིང་ཞེས་པའི་བར་ཤིལ་ཀ་གཅིག་  
གིས་བསྟན། དེ་ལྟར་སྐྱབས་འགོ་ནས་བཟུང་སྟག་མཐོང་གི་བར་དེ་ཁོ་ན་  
ཉིད་བསྐྱོམ་པར་བྱས་ན། ཚོགས་ལམ་ནས་བཟུང་རིམ་གྱིས་དྲོད་ལ་སོགས་  
པ་ཐོབ་པར་བྱས་ཤིང་། དེ་ནས་ཤེ་ཞིག་ས་དང་པོར་བ་ཏུ་དགའ་བ་གཉིས་  
པ་དྲི་མ་མེད་པ་ལ་སོགས་པ་ནས་བརྟུལ་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྐྱོམ་ལམ་དེ་ཇི་སྟབས་  
ཉིང་དེ་འདྲིན་གྱི་བར་དུ་ཐོབ་པར་འགྱུར་རྟེ། སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་ཆེན་  
པོའི་གོ་འཕང་སྐྱབས་སུ་མ་བདག་ཉིད་ཅན་ཐོབ་པ་ལ་ཡུན་མི་རིང་བར་སྐྱུར་བའི་  
ཆུལ་གྱིས་ཐོབ་པའི་བྱིར།

གཉིས་པ་རྒྱགས་ལ་འཇུག་པ་སྟོགས་ཅམ་བསྟན་པ་ལ་གསུམ།  
རྒྱགས་ཀྱི་འཇུག་སྒོ་དབང་ཡིན་པ་བསྟན་པ། དབང་གོང་མ་གཉིས་ལ་འཇུག་  
རུང་དང་མི་རུང་བསྟན་པ། དབང་གོང་མ་གཉིས་མ་ཐོབ་ན་རྒྱུད་ལ་ཉན་  
བཤད་བྱ་རུང་དང་མི་རུང་བསྟན་པའོ། དང་པོ་ལ་གཉིས། རྟེན་གྱི་གང་  
ཟག་དེ་ལ་སྒྲིན་བྱེད་ཀྱི་དབང་བསྐྱུར་བའོ།

དང་པོ་ནི། རྒྱགས་མཐུ་ཉིད་ལས་གྲུབ་པ་ཡི་ཞེས་པ་ནས། གལ་

ཏིགསང་ལྷགས་སྤྱོད་འདྲོད་ན་ཞེས་པའི་པར་ཤོ་ལོ་ཀ་གཉིས་ཀྱིས་བརྟན། མདོ་  
 ལྷགས་ལ་ལམ་གྱི་བཤོད་པ་མཐའ་དག་པོ་ལ་དུ་ཕྱིན་པ་དུག་དང་བསྐྱུ་པའི་  
 དངོས་པོ་བཞིའི་ཉམས་ལེན་གྱིས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་འགྱུར་བ་བཞིན་དུ།  
 གསང་ལྷགས་ནི་རྗེ་ཐེག་པའི་ལྷགས་སུ་ས་ལམ་ལ་ཞུགས་པའི་རྟེན་རི་ལྟར་  
 དགོས་ཤིང་། གསང་ལྷགས་བརྒྱུ་བཞེད་ཀྱི་མཐུ་དང་རྣམ་པས་ཡང་དག་  
 པ་ཉིད་ལས་གྲུབ་པ་ཡི། ཞི་བ་དང་རྒྱས་པ་དང་། དབང་དང་། མདོན་  
 སྤྱོད་སོགས་ལས་རྣམས་ཀྱིས་ཚོགས་བརྒྱད་པོ་ལས་རི་ལྟར་བྱུང་བ་བཞིན་དུ་  
 ཤེས་པར་བྱའོ། ། འདྲོད་དགུ་འབྱུང་པའི་བུམ་པ་བཟང་གྲུབ་དང་། ཀྱང་  
 མགྲོགས་དང་། རྣམ་མཁར་འཕྱར་བ་ལ་སོགས་པའི་འཛིག་རྟེན་གྱི་དངོས་  
 གྲུབ་ཆེན་པོ་བརྒྱད་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ནི་བསྐྱུ་བས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཀྱང་།  
 དཀའ་བྱུང་ལ་སྟོབས་པ་མིན་པའི་བདེ་བ་ཡིས་ནི་བླ་ན་མེད་པ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་གོ་  
 འཕང་ཐོབ་པའི་རྒྱ་བཤོད་རྣམས་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཚོགས་གཉིས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་  
 པར་འདྲོད་པར་གྱུར་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་བྱ་བ་ཡི་རྒྱུད་དང་སྤྱོད་པའི་རྒྱུད་  
 ལ་སོགས་པ་རྒྱུད་རྗེ་རྣམས་ལས་རི་རྒྱུད་གསུངས་པའི་དོན་སྤྲོད་དག་ལ། གལ་  
 ཏིགསང་ལྷགས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ཐམས་ཅད་ཚུ་ལ་བཞིན་དུ་ཉམས་སུ་བྱུང་བར་འདྲོད་  
 པ་ཤུགས་དུག་དང་ལྷན་ན་དེ་འདྲའི་གང་ཟག་ནི་གསང་ལྷགས་ལ་སྤྱོད་པའི་  
 རྟེན་རུང་ཡིན་པར་ཤེས་དགོས་སོ། །

གཉིས་པ་ནི། དེ་ཆེ་སྟོབ་དཔོན་ཞེས་པ་ནས། དངོས་གྲུབ་བསྐྱུ་བ་

པའི་སྐལ་ལྷན་འགྱུར་ཞེས་པའི་བར་ཤོ་ལོ་ཀ་གཉིས་ཀྱིས་བསྟན། རྗེ་ཐེག་  
 པའི་རྟེན་གྱི་གང་ཟག་དེ་ཉིད་གསང་སྟགས་ལ་འདུག་འདོད་པ་དེའི་ཚུ། རང་  
 གི་དོན་རྫོབ་དཔོན་གྱི་དྲུང་ནས་གསང་སྟགས་ཀྱི་དབང་བསྐྱར་ཟབ་མོ་ཐོབ་  
 པའི་ཕྱིར་དུ། མཚན་ཉིད་ལྷན་པའི་བླ་མ་དེ་ལ་དོན་རྫོབ་འཆང་དངོས་ཀྱི་འདུ་  
 ཤེས་གཟུགས་བརྟན་དུ་མ་སང་བའི་ངང་དུ་མཉེས་པར་བྱེད་དགོས་ཤིང་། འོ་  
 ན་མཉེས་པའི་ལྟར་བྱ་ཞེན། རྫོབ་མ་རང་གིས་རྫོགས་མཁྱེད་ཀྱི་དབང་ཆ་ཐམས་  
 ཅད་རི་སྟོན་དོན་རྫོབ་པའི་ཀུལ་ས་མ་ཟིན་གྱི་བར་དུ་འབུལ་བའི་བརྟེན་པ་དང་།  
 མངོན་བཤམས་ཡིད་སྦྱལ་གྱི་མཚོད་པ་དཔག་མེད་དང་། དད་འདུན་ཆེན་  
 པོས་བཀུར་སྟེ་རིམ་གྱི་སྟགས་ལ་འབད་པ་དུ་མ་དང་། རིན་ཆེན་སྒྲ་བདུན་  
 དང་། བཀྲ་ཤིས་རྣམས་བརྒྱད་སྟགས་དངོས་པོ་ཅི་འཕྱོར་བ་དང་། གཞན་  
 ཡང་བཟའ་བཏུང་སྟགས་རྗེ་ལྟར་འདོད་པའི་ལོ་བྱད་ནམས་ཀྱིས་ཐུགས་དགེས་  
 པའི་སྒྲ་དུ་བླ་མ་ལ་སྦྱོན་པའམ་འབུལ་བ་དང་། བླ་མས་རྗེ་ལྟར་བཀའ་བསྩལ་  
 བའི་དོན་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྐྱབ་པ་ལ་སྟགས་པ་མདོར་ན་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བླ་མ་དམ་པ་ཐུགས་མཉེས་པར་བྱ་བ་ཞིག་དགོས་ཏེ། རྗེ་  
 རྟེན་དུ། བླ་མ་ལྟ་བུ་པ་ལས། རང་གི་དམ་ཚིག་རྫོབ་དཔོན་ནི། སྦྱོན་  
 དཀའ་བུ་དང་ཆུང་མ་དང་། །རང་སྟོག་གིས་ཀྱང་བསྟེན་བྱ་ན། །ལོངས་  
 སྟོད་གཡོ་བས་རྫོས་ཅི་དགོས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །དེ་འདྲ་བའི་  
 བླ་མ་དོན་རྫོབ་ཐུགས་མཉེས་པར་འགྱུར་བ་ན་རྫོབ་མ་དེ་ཡིས་མཚོག་ཐུན་

མོང་གི་དངོས་གྲུབ་ཀྱི་དོན་དུ་གསལ་བ་ལེགས་པར་བཏབ་ནས། རྗེས་གནང་  
 དང་བཅས་པ་དབང་བཞི་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་དེ་དག་དོན་རྫོབ་དཔོན་གྱི་དབང་  
 བསྐྱར་བས་དུས་དེ་ནས་བཟུང་། དམ་ཆོག་བསྐྱར་བ་ལ་ནན་ཏན་ཆེན་པོས་  
 ཅི་གསུང་བཀའ་བསྐྱབས་དང་ལྡན་ན་གསང་སྤྲགས་ཀྱི་རྫོན་དུ་རུང་བའི་རྫོབ་  
 མ་ཞེས་བྱའོ། དེ་ལྟར་དབང་བཞི་ཡོངས་རྫོགས་གནང་བས་རང་གི་རྫོགས་སུ་  
 གྱི་རྗེས་སྐྱབ་བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་ལྷག་ལུས་མེད་པ་དེ་ཀུན་ནམ་པར་དག་  
 པའི་མོས་གུས་དུང་དུང་དུ་བསྐྱེད་པ་ན། རྫོབ་མ་བདག་ཉིད་ནི་ཐུན་མོང་བའི་  
 དངོས་གྲུབ་དང་མཆོག་གི་དངོས་གྲུབ་སྐྱབ་པའི་རྣམ་པ་དང་ལྡན་པར་འགྱུར་  
 རེས་པར་ཡིད་གཉིས་སུ་མི་དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ། རྟེན་གྱི་བྱུང་པར་དབང་གོང་མ་གཉིས་ལ་བྱ་རུང་མིན་  
 བསྟན་པ་ནི། དང་པོའི་སངས་རྒྱས་རྒྱ་ཆེན་ལས་ཞེས་པ་ནས། གྲུབ་པ་  
 ནམ་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན་ཞེས་པའི་བར་ཤོ་ལོ་ཀ་གསུམ་གྱིས་བསྟན། དེ་འདྲའི་  
 དབང་བསྐྱར་དེ་དག་དངོས་གྲུབ་འདོད་པའི་གང་ཟག་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་སྒྲང་  
 བར་འོས་སམ་སྟམ་ན། དེ་ལྟར་ཆོག་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དང་པོའི་སངས་རྒྱས་  
 ཀྱིས་གསུང་བའི་དཔལ་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་རྩ་བའི་རྒྱུད་ཆེན་པོ་ལས། བཙོམ་  
 ལྷན་འདས་ཀྱིས་རབ་དུ་འབད་པས་བཀག་པ་ནན་ཆེན་དུ་མཛད་པའི་ཕྱིར།  
 འོན་གང་ཟག་ཀུན་ལ་བཀག་པ་ཡིན་ནམ་སྟམ་ན། དེ་ལྟར་ཀུན་ལ་བཀག་  
 པ་མ་ཡིན་ཞིང་གསང་བ་དང་ཤེས་རབ་ལེ་ཤེས་ཀྱི་དབང་གཉིས་གཞན་ལ་

བསྐྱར་བ་ནི་ཆངས་པར་སྔོད་པའི་དགེ་བསྟན་དང་། རབ་བྱུང་སྡེ་ལྔའི་ཚུལ་  
 བྲིམས་ལ་གནས་པ་དག་གིས་བྱ་བར་རུང་ཞིང་། དེ་ཡང་སྡེ་ལྔ་ལྟར་རང་ཉིད་  
 གྱིས་དངོས་སྲུང་བར་གཉིས་པོ་བྲལ་བར་མི་བྱ་སྟེ་འོས་པ་མེད་དོ། །འོན་དབང་  
 གཉིས་པོ་ཆངས་སྔོད་སོགས་ལ་བཀའ་དགོས་པའི་སྔོན་ཅི་ཞིག་ཡིན་ནམ་སྟེ་  
 མ། གལ་ཏེ་དབང་བསྐྱར་གཉིས་པོ་དེ་ནི་སྡེ་ལྔ་ལྟར་ནམས་གྱིས་དངོས་སྲུ་  
 འཛིན་ཞིང་བྲལ་བ་བྱས་ན། ཆངས་སྔོད་ནམས་གྱི་དཀའ་ཐུབ་དང་སྡེ་  
 པ་ལ་གནས་པས་རྒྱ་མཚན་གྱི་སྡེ་སྔོན་དུ་འགྱུར་བ་ལ་དམིགས་ཏེ་སྟོན་པས་  
 བཀའ་པ་སྔོད་པར་གྱུར་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཆངས་སྔོད་གྱི་དཀའ་ཐུབ་ཉམས་  
 པ་དང་། རབ་བྱུང་གི་སྡེ་པ་དེ་དག་ཀྱང་ཉམས་ཏེ་ཚུལ་བྲིམས་གྱི་བརྟུལ་  
 བྲགས་ཅན་དེ་སྡེ་པ་གཏོང་པའི་ལམ་པ་དང་། དེ་དང་འབྲ་བ་ཡི་ཡན་ལག་  
 གི་ལྟངས་པ་དག་ནི་འབྲུང་བར་འགྱུར་ཞིང་། ཉེས་ལྟངས་འབྲུང་པའི་གང་ཟག་  
 དེ་དག་ནི་དཔུལ་བ་ཡི་དུགས་དུད་འགྲོ་སྟེ་ངན་སོང་གསུམ་དུ་ངེས་པར་ལྟངས་  
 བར་འགྱུར་པས་ན། དངོས་གྲུབ་འགྲུབ་པ་དུས་ནམ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་  
 ཏེ། ཇི་སྐད་དུ། ཇི་པོའི་ཞལ་ནས། གསང་བ་དང་ཤེས་རབ་ལེ་ཤེས་གྱི་  
 དབང་ནི་ཆངས་པར་སྔོད་པ་གྲོལ་བའི་ལམ་པས་མི་བསྐྱར་ཞིང་། སྔོབ་མས་  
 ཀྱང་མི་བྲལ་དོ། །དེ་ནི་ཆངས་པར་སྔོད་པ་ཟད་པར་བྱེད་པ་དང་། སངས་  
 རྒྱལ་གྱིས་བསྟན་པ་རྣམས་པར་བྱེད་པས་སེམས་ཅན་དཔུལ་བར་སྔོབ་དཔོན་  
 དེ་དང་། སྔོབ་མ་གཉིས་ཐེ་ཆོམ་མེད་པར་འགྲོ་བར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་གསུངས་

པ་ལྟར་རོ།

གསུམ་པ་དབང་གོང་མ་གཉིས་མ་ཐོབ་ན་རྒྱུད་ཉན་བཤད་བྱ་རུང་  
མིན་གྱི་དོགས་པ་སྤང་བ་ནི། རྒྱུད་ཀྱིན་ཉན་དང་འཆད་པ་དང་ཞེས་པ་ནས།  
དེ་ཉིད་རིག་ལ་ཉེས་པ་མེད་ཅེས་པའི་བར་མོ་ལོ་ཀ་གཅིག་གིས་བརྟན། གལ་  
ཏེ་ཆངས་སྤྱོད་སོགས་ཀྱི་དབང་གོང་མ་གཉིས་དངོས་སུ་སྤྱོད་པར་མི་རུང་ན་  
དེ་ལ་གསང་སྤགས་སྤྱོད་པའི་སྐལ་བ་མེད་པར་འགྱུར་རེ་སྟུང་ན། དེ་ལྟ་བུའི་  
སྤྱོན་མེད་དེ་བྱ་བའི་རྒྱུད་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུད་སྤྱི་བཞི་པོ་ཀྱན་ལ་ཉན་པ་དང་།  
འཆད་པ་དང་། རྒྱན་སྤྱོད་དང་། མཆོད་རྒྱན་སོགས་སྤགས་ཀྱི་ལས་ཁ་  
ཆང་བྱེད་པ་ལ་དབང་གོང་མ་ཐོབ་དགོས་སམ་མི་དགོས་ཅི་ལྟར་ཡིན་སྟུང་ན།  
མི་དགོས་ཏེ། སློབ་དཔོན་དབང་བསྐྱར་ཅམ་ཐོབ་པའང་བརྟེས་པར་གྱུར་  
ཅིག དེ་ཉིད་བཙུ་རིག་པའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་ན། ལས་དེ་དག་བྱེད་པ་  
ལ་ཉེས་པ་མེད་དོ། །

བཞི་པ་མཐུག་གི་དོན་ནི། གནས་བརྟན་མར་མེ་མཇུག་དཔལ་གྱིས་  
ཞེས་པ་ནས། བྱང་རྒྱལ་ལམ་བཤད་མདོར་བསྐྱུས་བྱས་ཞེས་པའི་བར་མོ་  
ལོ་ཀ་གཅིག་གིས་བརྟན། ཉན་ཐོས་སྤྱི་པ་བཙུག་པོ་ཀྱན་གྱི་གཙུག་གི་  
ཚོར་བུ་གནས་བརྟན་ཆེན་པོ་མར་མེ་མཇུག་དཔལ་གྱིས་མདོ་དང་བརྟན་བཙུགས་  
སོགས་དམ་པའི་ཆོས་རྣམས་ལས་བཤད་པའི་ལྟར་མཐོང་བ་བཞིན་དུ་སྐབས་  
འདིར། བོད་ཀྱི་བརྟན་པའི་ཁུར་བཞེས་པའི་དགེ་སྤྱོད་བྱང་རྒྱལ་འོད་གྱིས་

གོ་སྒྲོན་པ་སྤྱུས་ཀྱིས་གཞུང་འདི་འདྲ་ཞིག་དགོས་ཚུ་ལ་ནན་བསྐྱུལ་ཆེན་པོས་  
གསོལ་བ་བཏབ་པ་ལ་བརྟེན་ནས། ལས་དང་པོ་བའི་གནས་ནས་བྱང་ཆུབ་  
ཀྱིས་ལ་ཐུག་གི་བར་དུ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་ནམ་གཞག་བཤད་པ་འདི་  
ནི་ཆོག་དོན་མཛོར་བསྐྱུས་ཅམ་ཞིག་བཟོད་པར་བྱས་སོ།

བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་སྒྲིན་མ་ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་ནི་ཁྱ་པོད་མཁས་པ་  
ཀུན་གྱི་གཙུག་གི་ནོར་བུ་སྒྲོལ་དཔོན་ཆེན་པོ་དཔལ་མར་མེ་མཛད་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་  
གདུལ་བྱ་ནམས་ལ་ཐུགས་བརྩེ་བ་ཆེན་པོས་མཛད་པ་ཤིགས་སོ། ॥

ཁྱ་ཁར་གྱི་མཁན་པོ་ཇི་པོ་ཇི་པོ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་  
ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་  
ཆོག་དོན་མཛོར་བསྐྱུས་ཏེ་གཏན་ལ་ཐབ་པའོ། ॥

འདིར་སྒྲུས་པ།

དགེ་བའི་བསོད་ནམས་ཅུང་ཟད་བགྱིས་པ་འདིའི།

དགེ་ཅ་བྱང་མེས་པ་ཟུང་པོས་རབ་བྱེད་པས།

དགེ་ལྟ་ཡར་རྒྱ་བཞིན་དུ་ཐུར་འཕེལ་ནས།

དགེ་འབྲས་གོ་འཕང་གསར་པར་འགོད་ཀྱིར་ཅིག།

སྒྲུབ་ཆེ་མེད་དཔལ་ལྷན་ཨ་ཏི་གས།



བསྐྱུས་པའི་ཚུ་བོ་གསུམ་འདྲེས་སྒྲིབ་བཞེད་པའི། །

གཞུང་བཟང་འདི་ལ་མཆན་སྒྱུར་བྱས་སྒྲིབ་པས། །

ཆ་ཙམ་ལུ་ཐག་ཆོད་པའི་གདེང་མེད་ཀྱང་། །

སྒོས་བཙོན་དོན་གཉེར་སྒོ་དམན་རང་མཉམ་ལ། །

ཕན་སྐད་འབྲུ་འགྲེལ་འདི་ལ་འགལ་འཁྲུལ་དང་། །

ལྷག་ཆད་ཉེས་ཀྱན་ཅི་མཆིས་མཁས་པའི་དྲུང་། །

ཐལ་སྒྱུར་བཤགས་ལགས་བཟོད་པར་མང་དུ་གསེལ། །

ཞེས་བྱང་ཚུབ་ལམ་གྱི་སྒྲིན་མའི་འགྲེལ་མཆན་འདི་ནི་རང་སྒྲིབ་ལྷག་ཟླ་དང་ལུ་ལྷན་ཆེ་  
བརྟན། བརྟན་འཛིན་མཁའ་འགྲོ་སྒྲིགས་དོན་གཉེར་ཆེ་བ་འགའ་ཤས་ཀྱིས་གོ་སྐྱེའི་འབྲུ་འགྲེལ་ཞིག་  
དགོས་ཚུལ་ནན་ཏན་ལན་འགའ་སྒྲུལ་བའི་ངོ་སྤྲོད་མ་སོང་བ་ཙམ་དུ་རང་བཟོའི་དྲི་མས་མ་གོས་པ་  
ལམ་སྒྲིན་རང་འགྲེལ་དང་ཇི་བཙུན་སྒོ་གྲོས་མཐའ་ཡས་ཀྱི་ལམ་སྒྲིན་འགྲེལ་བ་སྒྲིགས་ཁྲུང་ས་མའི་  
གཞུང་ཆེན་ཁག་ལས་ལེགས་བདུན་བྱས་ཁྲུལ་དང་བཅས་ཏེ། གྱུང་རི་ཀམ་སྒྲུལ་མེད་པ་བརྟན་འཛིན་  
ཀྱན་དགའ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆན་དུ་འཛིན་པའི་རྒྱལ་ཁམས་པ་ཞིག་གིས་རབ་བྱུང་བཅུ་བདུན་པ། རྒྱ་  
ལོ་༡༧༧༧མེ་མོ་སྒྲུང་གི་ལོ་རང་ལོ་སྒྲིག་སྐྱུལ་སོན་པའི་སྒྲིན་ཟླ་བའི་ཆེས་འཕལ་སྐར་ཐོག་བཤད་བྲ་  
འཇམ་དབྱངས་སྒྲིང་གྱུང་རི་ཟླ་བྱང་དུ་སྒྱུར་བའོ། །ཞལ་ཤོ། །དགེ་ལོ། །

༡༡། །ཤེས་རབ་སྒྲིང་པོའི་འགྲེལ་མཆན་ལུན་སེལ་སྒྲོན་མེ།

ཕུག་ཞབས་འཁོར་ལོའི་རི་མོ་ནམ་བུ་ཞིང་། །

སྒྲིང་ཞིའི་ལྷན་གྲུབ་སྒྲོབས་བརྒྱ་ཡོངས་མངའ་བས། །

ཕན་བདེ་ཟབ་རྒྱས་ཆོས་ཀྱི་གདོང་ལྗེའི་སྒྲ། །

སྒྲོག་མཛད་བྱ་རམ་གིང་བར་མགོས་ཕུག་འཆལ། །

ཐུབ་པའི་དགོངས་པ་བཞེད་ལ་རྒྱ་མེད་པའི། །

ཟབ་མོའི་དྲི་ལན་གང་ཆེ་འདི་འདྲའི་གཏམ། །

འབྱུང་བ་གྲུ་འཛིན་མགོན་དང་ཤུ་རིའི་བྱར། །

བྱང་ཆུབ་སྒྲིང་པོའི་བར་དུ་སྒྲི་པོས་མཆོད། །

རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་ཀུན་གྱི་གཅེས་པའི་མཛོད། །

ཤེས་བྱའི་གནས་ལུགས་གཅིག་འདུས་གསུང་རབ་ལ། །

ལེགས་སྒྲོས་སྒྲིང་པོའི་ཆོག་གསལ་མདོ་ཙམ་དུ། །

བཤད་པའི་མཆན་བྱ་འདི་ཉིད་བྲི་བར་བྱ། །

འདིར་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཡ་རོལ་དུ་བྱིན་པའི་སྒྲིང་པོའི་དོན་འཆད་པ་ལ་  
བཞི། མཚན་གྱི་དོན། འགྲུར་གྱི་ཕུག་གཞུང་གི་དོན། མཐུག་གི་དོན་  
ནོ།

དང་པོ་ནི། རྒྱ་གར་སློ་ཏའི་སྐད་དུ། གཞུང་འདིའི་མཚན་ལ་  
རྒྱ་ག་ཤའི་པ་རྩ་པ་ར་མི་ཏ་ཅི་ད་ཡ་ཞེས་སུ་བཟློང་དོ། དེའི་དོན་པོད་གངས་  
ལྗོངས་ཀྱི་སྐད་དུ་གན་སྦྱར་བྱེད་ན། རྒྱ་ག་ཤའི་ནི་བཅོམ་ལྡན་འདས་མ།  
པ་རྩ་པ་ར་མི་ཏ་ནི་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཡ་རོལ་དུ་བྱིན་པ། ཅི་ད་ཡ་ནི་སྒྲིང་པོ་ཞེས་  
བྱའོ། གཞུང་འདིའི་མཚན་རྒྱ་སྐད་རང་སྤྱོད་བཞག་དགོས་པའི་དོན་ནི།  
ཆོས་འདིའི་འབྲུང་ཁུངས་རྒྱ་གར་འཕགས་ཡུལ་ཡིན་པར་ཤེས་པའི་ཕྱིར་དང་།  
སློ་ཏའི་སྐད་ལ་བག་ཆགས་འཛོག་པ་དང་། ལོ་པར་རྒྱལ་གློན་ནམས་ཀྱི་  
བཀའ་དྲིན་དན་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་ནོ།

གཉིས་པ་འགྲུར་ཕུག་ནི། བཅོམ་ལྡན་འདས་མ་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཡ་རོལ་  
དུ་བྱིན་པ་ལ་ཕུག་འཆལ་ལོ། ཞེས་པ་ནི་རྩ་སྒྲོན་དོས་འཛིན་གྱི་ཕུག་ཡིན་ཁིང་།  
དེ་གང་གི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་ཤིང་། མདོ་རྩའི་རྩ་སྒྲོན་གྱི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་  
པར་ཤེས་པའི་ཕྱིར་བྱའོ།

གསུམ་པ་གཞུང་གི་དོན་ལ་གཉིས། མདོ་ལས་བྱུང་བའི་སྐྱེང་གཞི།  
མདོ་དངོས་ཀྱི་དོན་ནོ། དང་པོ་ལ་གཉིས། སྐྱེང་གཞི་ཐུན་མོང་བ་དང་།  
ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའོ། དང་པོ་ནི། ཐུན་སུམ་ཚོགས་པ་བཞིའི་སྒྲོན་ནས་

བསྟན་ཏེ། དུས་ཡུན་སྤྱི་ཚུགས་པ། རྟོན་པ་ཡུན་སྤྱི་ཚུགས་པ། གནས་  
ཡུན་སྤྱི་ཚུགས་པ། འཁོར་ཡུན་སྤྱི་ཚུགས་པའོ།

དང་པོ་ནི། ཟབ་མོ་ཀུན་གྱི་གནད་གཅིག་ཏུ་བརྒྱས་པའི་གཞུང་འདི་  
རྟོན་པའི་སྐད་དུ། ཀུན་དགའ་པོ་བདག་གིས་ཆོས་གྲལ་ལ་བཞགས་པའི་དགེ་  
འདུན་མང་པོའི་དབུས་སུ་ན་བའི་དབང་པོས། རྩོས་པའི་དུས་ཡུན་སྤྱི་ཚུགས་  
པའི་གནས་སྐབས་བཟང་པོ་གཅིག་ན། ཞེས་རྩོས་པའི་དུས་བསྟན་པ་ཡིན་  
ནོ། ། འདི་བདག་གིས་རྩོས་ཞེས་པའི་རྩོས་པ་པོ་དེའང་། སྟོབ་དཔོན་མེང་  
གེ་བཟང་པོས་ཀུན་དགའ་པོ་འདོད། སྟོབ་དཔོན་ལེགས་ལྷན་འབྲེད་ཀྱིས་  
ཕྱག་རྟོར་འདོད། པཎ་ཁྱི་ཏ་འགའ་ཤས་འཕགས་པ་འཇལ་དཔལ་འདོད།  
ཁོ་པོ་ནི་དང་པོ་ལྟར་རོ། །

གཉིས་པ་ནི། རྟོན་མོངས་པའི་དག་པོ་མ་ལུས་པ་བཅོམ་པས་སྤངས་  
རྟོགས་ཀྱི་ཡིན་ཏན་གཉིས་དང་ལྷན་ཞིང་། བྱ་བྲེད་ཀྱི་འཛིན་པ་ཐམས་ཅད་  
ལས་འདས་པའི་རྟོན་པ་ཡུན་སྤྱི་ཚུགས་པ་གང་ཉིད་ཀྱིས་རྟོན་པར་མཇུག་  
དོ། །

གསུམ་པ་ནི། དེ་ལྟར་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་འདི་གསུངས་  
པའི་གནས་ཡུན་སྤྱི་ཚུགས་པ། ཁྱོད་ཁྱེད་ཆེན་པོ་མ་ག་རྟ་ཡི་བྱུང་ཁོངས་  
སུ་གཏོགས་པ་རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ཀྱི་ཉེ་འགམ་བྱ་བྟེན་ཡུང་པོའི་རི་ལ་གསུངས་སོ།  
།བཞི་པ་ནི། འོ་ན་རྟོན་པས་འཁོར་ཅི་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་གསུངས་ཤིང་། འཁོར་

ཡུན་སྐུམ་ཚོགས་པ་གྲུ་འི་བྱ་ལ་སོགས་པ་དག་སྤྲོད་གི་དགོ་འདུན་ཆེན་པོ་  
 གྲངས་ལས་འདས་པ་ནམས་དང་། འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་ལ་སོགས་  
 པ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་དགོ་འདུན་ཆེན་པོ་གྲངས་ལས་འདས་པ་ནམས་དང་།  
 ཐབས་གཅིག་སྟེ་འཁོར་ཚོགས་སྤྱོད་པ་མཐུན་པ་ག་སྟག་གི་དབུས་སུ། སེེ་  
 ཆེན་པོ་བརྒྱད་ཀྱིས་བཏོགས་པའི་ཁྲིའི་སྟེང་དུ། བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་གྲུ་ཀྱི་  
 རྒྱལ་པོ་གདུལ་བྱ་ལ་ཐུགས་བརྩེ་བ་ཆེན་པོས་ལྷན་གཅིག་ཏུ་བཞུགས་ཏེ་ཐུགས་  
 སྟོན་མཛད་དོ། །

གཉིས་པ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ནི། དུས་དེའི་ཆོ་སྟོན་པ་བཅོམ་ལྷན་  
 འདས་སྤྲོད་ཉིད་ཟབ་མོ་སྤྲོད་བཞེས་བྱ་བའི་ཆོས་ཀྱི་ནམ་གངས་ཀྱི་དྲིང་དེ་འཛིན་  
 ལ་ཐུགས་སྟོམས་པར་བཞུགས་ནས། འོག་གི་དྲིས་ལན་ནམས་འབྱུང་བར་  
 བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་སོ། །སྟོན་པ་སྟོམས་པར་བཞུགས་པ་ཡང་གདུལ་བྱ་རྒྱུད་  
 སྟོན་པ་དེའི་ཆོ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཀྱན་གྱི་ནང་ནས་སེམས་དཔའ་ཆེན་  
 པོ་འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་དབང་ལུག་གིས། ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་  
 ཏུ་བྱིན་པ་ཡི་ཟབ་མོའི་སྤྱོད་པ་དེ་ཉིད་ལ་ནམ་པ་དག་པར་ལྷ་ཁིང་། གཟུགས།  
 ཚོར་བ། འདུ་ཤེས། འདུ་བྱེད། ནམ་པར་ཤེས་པའི་ཡུང་པོ་ལྗེ་པོ་དེ་དག་  
 ལ། རང་བཞིན་གྱིས་བདེན་པར་ཡེ་ནས་གྲུབ་པ་མེད་པ་སྤྲོད་པར་ནམ་པར་  
 ལྷ་བ་བྱའོ། །དེ་ལྟར་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱིས་སྤྲོད་པ་ཉིད་ལ་ལྷ་གྲུབ་པ་དང་།  
 ཡང་དེ་ནས་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་མཐུ་

ཡིས། ཚེ་དང་ལྡན་པ་མཆོག་ཟུང་གི་ཡ་གུལ་ཤུ་རིའི་བུ་ཡིས་དྲི་བ་མཛད་  
 པའི་ཡུལ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་འཕགས་པ་སྤྱན་  
 རས་གཟིགས་དབང་ཕྱག་ལ། ཤུ་རིའི་བུས་འདི་སྐད་ཅེས་སྒྲུས་སོ། ། ཞེས་  
 འོག་ཏུ་སྒྲོན་ཆོག་སྒྲོན་པའི་དངོས་གཞི་ཡིན་ཞིང་། བྱ་ཤ་རི་ཀའི་མིག་དང་  
 འབྲ་བའི་མ་ཤུ་རི་ཀའི་བུ་ཡིན་པས། ཤུ་རིའི་བུ་ཞེས་མཆོན་གསེལ། ཤུ་  
 ར་ཏུ་ཉིའི་རིགས་ལས་འབྱུངས་པས་ཤུ་ར་ཏུ་ཉིའི་བུ་ཞེས་རིགས་ཀྱུད་ལས་  
 མཆོན་དངས་སོ། །

གཉིས་པ་མདོ་དངོས་ཀྱི་དོན་ལ་བཞི། ཤུ་རིའི་བུས་ཤེར་ཕྱིན་ལ་  
 སྤྱོད་ཚུལ་དྲིས་པ། དེ་ལ་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱིས་ལན་བཏབ་པ། སྒྲོན་པས་  
 དེ་ལ་མཐུན་འགྱུར་བྱིན་པ། འཁོར་ནམས་རྗེས་སུ་འཛིན་པའོ། །

དང་པོ་ནི། མཆོག་ཟུང་གི་ཡ་གུལ་ཤུ་རིའི་བུ་ཡིས་སྤྱན་རས་གཟིགས་  
 གཙོས་རིགས་ཀྱི་བྱ་དགེ་སྦྲོང་གི་དགེ་འདུན་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
 དགེ་འདུན་པའམ་རིགས་ཀྱི་བུ་མོ་དགེ་སྦྲོང་མ་ལ་སོགས་པ་གང་ལ་ལ་ཞེས་  
 པ། འདུན་རྗེ་དག་ལ་འདྲི་བའི་གཞི་དང་བཅས་ཉེ་དྲི་བ་མཛད་དོ། ། ཚུལ་  
 རི་ལྟར་དྲི་ཞེ་ན། ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ཟབ་མོའི་སྤྱད་པ་སྟེ་ཉམས་  
 ལེན་ལ་རི་ལྟར་བསྐབ་པ་བྱ་ཞེས་དྲི་བ་མཛད། སྤྱོད་པར་ཉེ་ཤེར་ཕྱིན་ཉམས་  
 སུ་ལེན་པ་འདོད་པའི་གང་ཟག་དེས་རི་ལྟར་ཉམས་ལེན་ལ་བསྐབ་པར་བྱ།  
 ཞེས་ཉམས་སུ་བྱང་བྱ་དང་བྱང་པ་པོ་གཉིས་ཀ་ལ་དྲིས་པའོ། ། དེ་ལྟར་ཡིན་

དེ། སྒྲིབ་དཔོན་པ་ཤུ་ལྟར་སེ་ནའི་འགྲེལ་པ་ལས། སྒྲིབ་པ་ནི་གང་ཟག་སྟེ་  
བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའོ། །སྒྲིབ་པ་ནི་ཆོས་དེ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་  
པའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་གནས་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་དེ་ལ་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱིས་ལན་བཏབ་པ་ལ་གསུམ།  
དབང་རྩལ་ལམ་ལ་སྒྲིབ་ཚུལ་དང་། དབང་ནོན་ལ་སྤྲུགས་ཅམ་བསྐྱུས་ནས་  
བསྟན་པ་དང་། དོན་བསྐྱུས་པའོ། །དང་པོ་དབང་རྩལ་ལམ་ལ་སྒྲིབ་ཚུལ་  
ལ་བཞི། ཆོགས་སྒྲུར་གཉིས་ཀྱི་ལམ་ལ་སྒྲིབ་ཚུལ། མཐོང་ལམ་དུ་སྒྲིབ་  
ཚུལ། སྒྲིམ་ལམ་ལ་སྒྲིབ་ཚུལ། མི་སྒྲིབ་ལམ་ལ་སྒྲིབ་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་  
ཆོགས་སྒྲུར་གཉིས་ཀྱི་ལམ་ལ་སྒྲིབ་ཚུལ་ལ་གསུམ། མཆོམས་སྒྲུར་བ། ཡུང་  
པོ་ལྷ་ལ་སྒྲིབ་ཚུལ། གཟུགས་དང་ཆོར་བ་ལ་སྒྲིབ་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་ནི། ཇི་ལན་འདེབས་པ་པོས་དེ་སྐད་ཅེས་སྒྲུས་པ་དང་། བྱང་  
ཚུབ་སེམས་དཔའ་ཀྱན་གྱི་ནང་ནས་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་འཕགས་པ་སྤྱན་  
རས་གཟིགས་དབང་ལྷུག་གིས། ཆོ་དང་ལྷན་པ་དགེ་སྒོང་ཤུ་རིའི་བྱ་ལ་ལན་  
འདི་སྐད་ཅེས་སྒྲུས་སོ། །ཤུ་རིའི་བྱ་དང་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་རིགས་ཀྱི་བྱ་ལམ་  
རིགས་ཀྱི་བྱ་མོ་གང་ལ་ལ་སྟེ། སྤྱད་དང་སྤྱུ་ཡིན་རུང་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་  
ཕྱིན་པ་ཟབ་མོའི་སྟོང་ཉིད་སྤྱད་པ་ལ་སྒྲིབ་པར་འདོད་པའི་གང་ཟག་དེས།  
ཆོགས་ལམ་དང་སྒྲུར་ལམ་གཉིས་ཀྱི་ལམ་ལ་འདི་ལྟར་ནམ་པར་ཡང་དག་པར་  
བསྟོབ་བྱ་དགོས་སྟེ། ཞེས་པ་ནི་ཀྱན་གྱིས་དེ་ལ་སྒྲིབ་དགོས་པའི་ཚུལ་བསྟན་

དོ།

གཉིས་པ་ནི། འོན་ཕུང་པོ་ལྔ་ལ་ཇི་ལྟར་བཟུང་བར་བྱ་དགོས་སམ་  
སྒྲུལ་ན། གཟུགས་ཀྱི་ཕུང་པོ། ཚོར་པའི་ཕུང་པོ། འདུ་ཤེས་ཀྱི་ཕུང་པོ།  
འདུ་བྱེད་ཀྱི་ཕུང་པོ། རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཕུང་པོ་དང་ལྔ་པོ་དེ་དག་ལ། རོན་  
དམ་པའི་ངོ་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་ཆ་ཙམ་མི་དམིགས་པར་གནས་ལུགས་  
རྟེན་འབྱུང་སྟོང་པ་ཡང་དག་པར་ཇེས་སུ་ཀུན་གྱིས་བཟུང་བར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་ནི། གཟུགས་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པའི་ཚུལ་ཇི་ལྟ་བུ་ཞིག་  
ཡིན་ནམ་སྒྲུལ་ན། ཀུན་རྫོབ་པའི་ཐ་སྙད་ཀྱི་ངོ་པོ་ལ་གཟུགས་སུ་སྒྲུང་ཡང་།  
འདི་དོན་དམ་པར་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་པས་སྟོང་པའོ། །དེ་ལྟར་  
བདེན་མེད་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་གྲུབ་ཀྱང་རྣམ་པར་རྟོག་པས་  
གཟུགས་སུ་སྒྲུང་བར་བྱས་སོ། །གཟུགས་ཕུང་ངོ་པོ་སྒྲུང་ལ་རང་བཞིན་མེད་  
པའི་རྟེན་འབྱེད་སྟོང་པ་དེ་ལས་ཀྱང་རྟག་པའི། གཟུགས་ཀྱི་སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་  
པ་ཞིག་གཞན་དུ་ཡོད་པར་ཇི་ལྟར་བཙལ་ཡང་རྟེན་སྲིད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་  
འདྲའི་སྟོང་པ་ཉིད་ལས་ཀྱང་རྟག་པའི་གཟུགས་ཀྱི་སྟོང་པ་གཞན་ཞིག་རིག་  
པས་བཏགས་དོན་ཇི་སྲིད་བཙལ་ཡང་། མཐའ་བཞི་བྲལ་བའི་སྒྲིས་བྲལ་ལས་  
གཞན་དུ་གྲུབ་པ་ཡོད་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཤོང་དུ་བཤད་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཚོར་  
བ་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པའི་ཟབ་མོ་སྟོང་པ་དང་། འདུ་ཤེས་རང་བཞིན་  
གྱིས་མ་གྲུབ་པའི་ཟབ་མོ་སྟོང་པ་དང་། འདུ་བྱེད་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་



པའི་ཟབ་མོ་སྟོང་པ་དང་། རྣམ་པར་ཤེས་པ་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པ་རྣམས་  
ཟབ་མོ་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་བརྟུག་པར་བྱའོ། ། འདི་ལ་ཟབ་མོ་བཞི་ལྟན་དུ་བརྟོན་  
པ་བྱའོ། །

གཉིས་པ་མཐོང་ལམ་དུ་སྟོབ་ཚུལ་ནི། མཆོག་བྱང་གི་ཡ་གྲུལ་ཆེན་  
པོ་བཙུན་པ་ཤུ་རེའི་བུ་དེ་ལྟ་བུས་ན། ཤེས་བྱའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཡུལ་གཏོང་  
མ་ནས་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་གྲུབ་པ་ཡིན་ཏེ། ཡོད་མེད་གྱིས་ཐག་གཅོད་པའི་མཆོན་  
ཉིད་བདེན་གྲུབ་མེད་པ་སྟོང་པ་ཉིད་དོ། ། དེ་ལྟར་ཉེན་ཅིང་འབྲེལ་བ་འབྱུང་  
བས་ཆོས་ཐམས་ཅད་མ་སྦྱིས་པ་འཕམ་འབྲས་བུ་སྦྱིས་པར་མེད་པ་སྟོང་པ་ཉིད་  
དོ། ། མ་འགག་པ་འཕམ་འབྲས་བུ་འགག་པ་མེད་པ་རྣམ་པར་ཐར་པའི་སྟོང་  
པ་ཉིད་དོ། ། ཀྱུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་དྲི་བཅས་ལས་འདས་ཤིང་དྲི་མ་མེད་  
པའི་རྣམ་པར་ཐར་པའི་སྟོང་པ་ཉིད་དོ། ། སྦྱིབ་གཉིས་དྲི་མ་དང་བྲལ་བའི་  
རྣམ་བྱང་གི་མཆོན་མ་ལྟ་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། བྱིབ་འཕམ་བྱང་པར་འགྱུར་བ་རང་  
བཞིན་མེད་པ་དེའི་ཕྱིར་དོ། ། གང་པ་སྟེ་སངས་རྒྱུ་འོ་བོ་ཉིད་ནས་གྲུབ་པ་  
ཞིག་ངེ་ལྟར་བཅལ་ཡང་རྟེན་པ་མེད་པའོ། ། དེ་དག་ལ་ཟབ་མོ་བརྟུན་ལྟན་  
ཞེས་བརྟོན་དོ། ། ཟབ་རྒྱ་ཆེ་བའི་མདོ་གཞུང་འདིའི་གནས་རྣམས་ཤེས་ན།  
འཁོར་འདས་དབྱེ་མེད་གྱི་ལྟ་བུ་དང་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་ལྟ་བུ་གཉིས་གྱི་གོ་བ་  
གཏིང་ཟབ་ཅིག་ལོན་པས་ཤོ་བ་གསར་པ་ཞིག་མྱོང་རྒྱུ་ཡོད་དོ། །

གསུམ་པ་སྟོམ་ལམ་ལ་སྟོབ་ཚུལ་ལ་གཉིས། སྟོམ་ལམ་སྦྱི་ལ་སྟོབ་

ཚུལ། རོ་རྩེ་ལྷ་པུའི་ཉིང་རེ་འཛིན་ལ་སྒོ་བ་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་ནི། སྒོ་མ་ལམ་མཉམ་བཞག་པའི་གཟིགས་པོར་ཅི་འདྲ་སྒྲུང་  
བ་འཆར་སྒྲམ་ན། ཆོས་ཐམས་ཅད་གཟུགས་མེད་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་སྒྲུང་  
བའི་ཚུལ་དུ་སྒྲུན་རས་གཟིགས་ཀྱིས་འདི་ལྟར་གསུང་སྟེ། ལྷ་རིའི་པུ་དེ་ལྷ་  
བས་ན། སྒོ་མ་ལམ་པས་ཆོས་ནམས་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་གཟུགས་ཕྱང་རང་བཞིན་  
མེད་པ། ཆོར་བའི་ཕྱང་པོ་རང་བཞིན་མེད་པ། འདུ་ཤེས་ཀྱི་ཕྱང་པོ་རང་  
བཞིན་མེད་པ། འདུ་བྱེད་ཀྱི་ཕྱང་པོ་རང་བཞིན་མེད་པ། ནམ་པར་ཤེས་  
པའི་ཕྱང་པོ་རང་བཞིན་མེད་པ་སོགས་ཕྱང་ཕྱར་སྒྲོས་ཀྱན་བྲལ་བས་སྟོང་པ་  
ཉིད་དུ་སྒྲུང་བའི་ཚུལ་དུ་བྲངས་སོ། ། མིག་གི་སྒྱེ་མཆེད་རང་བཞིན་མེད་པ།  
ན་བའི་སྒྱེ་མཆེད་རང་བཞིན་མེད་པ། སྒྲའི་སྒྱེ་མཆེད་རང་བཞིན་མེད་པ།  
ལྗེའི་སྒྱེ་མཆེད་རང་བཞིན་མེད་པ། ལུས་ཀྱི་སྒྱེ་མཆེད་རང་བཞིན་མེད་པ།  
ཡིད་ཀྱི་སྒྱེ་མཆེད་རང་བཞིན་མེད་པ། གཟུགས་ཀྱི་སྒྱེ་མཆེད་རང་བཞིན་  
མེད་པ། སྒྲའི་སྒྱེ་མཆེད་རང་བཞིན་མེད་པ། རྩའི་སྒྱེ་མཆེད་རང་བཞིན་  
མེད་པ། རོའི་སྒྱེ་མཆེད་རང་བཞིན་མེད་པ། རེག་བྱའི་སྒྱེ་མཆེད་རང་བཞིན་  
མེད་པ། ཆོས་ཀྱི་སྒྱེ་མཆེད་རང་བཞིན་མེད་པ་ཅེས་པའི་བར། སྒྱེ་མཆེད་  
བཅུ་གཉིས་པོ་དེ་དག་གྱུང་བདེན་པའི་དངོས་པོ་ཆ་ཙམ་ཡང་མི་སྒྲུང་བའི་ཚུལ་  
དུ་བྲངས་སོ། ། དེ་ནི་སྒྱེ་མཆེད་བཅུ་གཉིས་པོའི་རྩོགས་ཆོག་གོ། རི་སྒྲང་  
དུ། སྒྱེ་མ་བྱེད་པ་དག་གིས་གཟུགས་སྒྲུལ་ནས། ཉ་དང་མྱང་པོ་ཤིང་ཉ་སྒྲུང་

ཚོགས་ཤེད། དེ་ལ་ཇི་བཞིན་སྤང་བ་གང་ཡང་མེད། ཚོས་རྣམས་ཐམས་  
 ཅད་དེ་ལྟར་ཤེས་པར་གྱིས། ཞེས་པ་ལྟར། སྤང་ཚད་མཐོང་ཚད་ཐམས་  
 ཅད་གང་ཟག་གི་ཤེས་པའི་དོས་ནས་ཡར་བཟོ་བ་ག་སྟག་ལས། ཡུལ་དོས་  
 རས་ལྟན་སྟེས་སུ་གྲུབ་པའི་དངོས་པོ་ཞིག་མི་སྟོང་པའི་ཕྱིར་རོ། །མིག་གི་  
 ཁམས་རང་བཞིན་གྱི་གྲུབ་པ་མེད་པ་ཞེས་པ་ནས། ཡིད་ཀྱི་ཁམས་རང་བཞིན་  
 མེད། ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཁམས་ཀྱི་བར་དུ་ཡང་རང་བཞིན་མེད་  
 དོ་ཞེས་པའི་བར། ཁམས་བཙུག་བརྒྱུད་ཀྱང་བདེན་པའི་དངོས་པོ་མི་སྤང་བའི་  
 རྒྱལ་དུ་བྱངས་སོ། །ཁམས་བཙུག་གྱི་གྲངས་རྒྱ་དཔེ་ལ་གཞུང་འདིར་  
 བྱངས་པོད་ནའང་ལོ་རྒྱུ་བའི་མིག་གི་ཁམས་མེད་ཅེས་པ་ནས། ཡིད་ཀྱི་ཁམས་  
 མེད་ཅེས་པའི་བར་བསྐྱས་པ་ཡིན་ཞེས་གྲགས་པ་དེ་འཐད་ལྟར་ནོ། །ཁམས་  
 ལྟག་མ་རྣམས་འདིར་མང་བར་དོགས་པས་མ་བགྲངས་སོ། །བརྟུ་བར་འདོད་  
 ན་མངོན་པའི་གཞུང་དུ་གསལ་ལོ། །དེ་འདྲའི་སྒྲིམ་ལམ་མཉམ་བཞག་པ་  
 ལ་རྟེན་འབྲེལ་ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་ཀྱང་རང་བཞིན་གྲུབ་པའི་བདེན་པར་མི་  
 སྤང་བའི་རྒྱལ་འདི་ལྟར་རྟེ། བདག་འདྲིན་མ་རིག་པ་ལས་བྱུང་བའི་ལས་  
 ཀྱང་རང་བཞིན་མེད། མ་རིག་པ་ཟད་པ་མེད་པ་ཞེས་པ་ནས། ག་ཤི་མེད་  
 ཅེས་པའི་བར་བསྐྱས་ནས་བསྟན་ཅིང་། འདིར་རྟེན་འབྲེལ་བརྒྱ་གཉིས་ནི།  
 མ་རིག་པ། འདུ་བྱེད། རྣམ་ཤེས། མིང་ག་ཟུགས། སྟེ་མཆེད། རེག་པ།  
 ཚོར་བ། སྟོད་པ། ལེན་པ། སྟོང་པ། སྟེ་པ། ག་ཤིའོ། །མདོར་ན་མ་རིག་

པ་ནས། ཀ་མི་ཟད་པའི་བར་དུ་ཡང་རྟེན་འབྲེལ་བཙུག་ཉིས་པོ་ཐམས་ཅད།  
 རང་བཞིན་གྱི་གྲུབ་པ་མེད་པའི་སྒྲུབ་པ་སྒྲུབ་མའི་ངོ་བོ་ཉིད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་  
 རྟུག་བསྐལ་བ་བདེན་པ་དང་། ཀྱན་འབྱུང་བ་བདེན་པ་རང་བཞིན་གྱི་གྲུབ་  
 པ་མེད་པ་དང་། འགོག་པའི་བདེན་པ་རང་བཞིན་མེད་པ་དང་། ལམ་བདེན་  
 ཉིད་ཀྱང་སྒྲིམ་ལམ་མཉམ་བཞག་པ་དེའི་ངོར་བདེན་པར་མེད་ཅེས་པའི་བར་  
 དམིགས་བྱ་ཡུལ་བདེན་པར་མེད་ཅེས་བཤད་དོ། །དམིགས་བྱེད་སྒྲིམ་ལམ་  
 མཉམ་བཞག་ཡེ་ཤེས་རང་ཉིད་ཀྱང་རང་ངོར་གྲུབ་པ་མེད། ཐོབ་བྱ་འབྲས་  
 བྱ་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཐུན་པའང་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད། མ་  
 ཐོབ་པའི་འབྲས་བྱ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་དོ། །མདོར་  
 ཅ་ཐོབ་དང་མ་ཐོབ་ཀྱན་ལས་འདས་ཤིང་སྒྲོ་འདོགས་དང་། རྒྱར་འདེབས་  
 གྱི་མཐའ་དང་བྲལ་བའི་ཟབ་མོ་འདི་ནི། སྒྲིམ་ལམ་དུ་གཉིས་སྒྲུབ་གི་སྒྲིམ་  
 པ་ཉེ་བར་ཞི་བའི་སྤོང་ཉིད་ལ་རོ་གཅིག་དུ་མཉམ་པར་བཞག་པའི་སྐབས་ཡིན་  
 ཅོ། །

གཉིས་པ་དེ་རྗེ་རྩ་བུའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་ལ་སྒྲིབ་ཚུལ་ནི། ཡང་སྤྱན་རས་  
 གཟིགས་གྱིས་གསུངས་པར། སུ་རིའི་བྱ་ཡིས་གོང་དུ་བཤད་པའི་ཚུལ་དེ་  
 རྩ་བས་ན། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ནམས་ཀྱི་ཟབ་མོའི་ཆོས་ལ་ཐོབ་པ་མེད་  
 པའི་ཕྱིར། རི་རྩར་ཐོབ་པ་མེད་ཅེ་ན། སྒྲིམ་ལམ་དེ་རྗེ་རྩ་བུའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་  
 ལ་འདུག་པའི་བྱང་འཕགས་གྱིས་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་ལ་ཡང་དག་

པར་བརྟེན་ཅིང་མཉམ་བཞག་ལ་གནས་པར་ཡིན་ཏེ། ཟབ་མོ་སྟོང་པ་ཉིད་  
ལ་ཅེ་གཅིག་དུ་མཉམ་པར་བཞག་པའི་སྒྲིམ་ལམ་རྒྱུ་མཐའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར།

བཞི་པ་མི་སྒྲིབ་ལམ་ལ་སྒྲིབ་ཚུལ་ནི། སྟོང་ཉིད་ཀྱི་དོན་རྟོགས་ན་  
སེམས་ལ་བདེན་འདྲིན་གྱི་སྒྲིབ་པ་མེད་པས་འཇིགས་གིང་སྒྲག་པ་ཡང་མེད་  
དེ། ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་སྒྲིབ་པ་ལས་གིན་དུ་འདས་ནས་སྤང་རྟོགས་གཉིས་ཐོབ་  
པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་སྒྲིབ་གཉིས་ཀྱི་ཕྱ་ངན་ལས་འདས་པའི་སངས་རྒྱས་  
ཀྱི་གོ་འཕང་མཐར་ཕྱིན་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ། ཏེན་རྟོགས་ཆོག་གོ། མདོར་  
ན་འདས་མ་འོངས་ད་ལྟ་དུས་གསུམ་དུ་ནམ་པར་བཞགས་པའི་སངས་རྒྱས་  
ཐམས་ཅད་ཀྱང་། དོན་གྱི་སྟིང་པོ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པའི་ལམ་ཟབ་  
མོ་འདི་ལ་བརྟེན་ནས། འབྲས་བུ་རྩ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པ་རྟོགས་པའི་བྱང་  
ཚུབ་དུ་མངོན་པར་རྟོགས་པར་སངས་རྒྱས་སོ་ཞེས་གདམས་པའོ། །

གཉིས་པ་དབང་རྟོན་ལ་སྤྲུལ་ཅོམ་དུ་བརྒྱས་ནས་བརྟན་པ་ནི། སྤར་  
བཤད་པ་དེ་ལྟ་བུས་ན། བྱང་གི་ནམ་པར་ཤེས་པའི་བག་ཆགས་ཀྱན་སེལ་  
བས་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པའི་སྤྲུལ་། ཕྱིའི་མཚན་མ་ཐམས་ཅད་  
ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་བསལ་བས་རིག་པ་ཆེན་པོའི་སྤྲུལ་། ཕྱི་ནང་གཉིས་ཀའི་མཚན་  
མ་ཐམས་ཅད་སེལ་བས་རྩ་ན་འཕམ་འགྲན་རྩ་མེད་པའི་སྤྲུལ་། ཉན་རང་གི་  
སྟོན་པ་དང་མི་མཉམ་པ་དང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་དང་མཉམ་པར་བྱེད་པའི་



ཞིག་སྤྲུག་འདི་དབང་བསྐྱར་བྱ་སྒྲིལ་ཡོད་པར་གྲགས། རྒྱ་གཞུང་འགའ་  
 གས་ནང་འདི་སྤྲུག་ལུགས་བཞེད་སྒྲིལ་སྤང་ཡང་། རང་ལུགས་ནི། ལྷུང་  
 བཤགས་དང་། ཤེས་རབ་སྤྱིང་པོ་ནི་མདོ་ལུགས་ཡིན་ཞིང་། དེ་སྤྲུག་  
 ལུགས་སུ་བྱས་པ་མི་འཐད་དེ། ཇི་སྐད་དུ། འཇམ་མགོན་ཐུག་མའི་རྩོམ་གསུམ་  
 ལས། ལྷུང་བཤགས་དང་ནི་ཤེས་སྤྱིང་སོགས། སྤྲུག་ལུགས་ཡིན་ཞེས་  
 འཆད་པ་ཐོས། ཞེས་གསུངས་སོ།།

གསུམ་པ་དོན་བརྒྱས་པ་ནི། ལྷ་འདི་བྱ་བྱང་རྒྱུ་ཤེས་སྤྱིང་དཔའ་ཤེས་སྤྱིང་  
 དཔའ་ཆེན་པོ་ནམས་ཀྱིས་ཀྱང་། གོང་དུ་བཤད་པ་དེ་ལྷར་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་  
 རོལ་དུ་བྱིན་པའི་དོན་ཟབ་མོ་དག་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། ། ཞེས་སྤྱན་རས་  
 གཟིགས་ཀྱིས་གསུངས་སོ། །

གསུམ་པ་སྟོན་པས་དེ་ལ་མཐུན་འགྱུར་བྱིན་པ་ནི། དེ་ནས་བདག་  
 ཅག་གི་སྟོན་པ་བཀའ་དྲིན་ཅན་བཅོམ་ལྷན་འདས་ལྷ་ཀྱང་རྒྱལ་པོ་ཐུགས་ཏིང་  
 དེ་འཛིན་ལ་མཉམ་པར་བཞག་པ་དེ་ལས་བཞེངས་ཏེ། ལྷ་འདི་བྱ་དང་སྤྱན་  
 རས་གཟིགས་གཉིས་ལ་མཐུན་འགྱུར་བྱིན་པའི་དགོངས་པ་མཛད་དོ། ། བྱང་  
 རྒྱུ་ཤེས་སྤྱིང་དཔའ་ཤེས་སྤྱིང་དཔའ་ཆེན་པོ་འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་དབང་  
 རུག་ལ། སྟོན་པ་ལྷ་ཀྱང་རྒྱལ་པོས་ཐུགས་དཀྱིས་མཉམ་ཆེན་པོས་ལེགས་  
 སོ། ། ཞེས་བྱ་བ་བྱིན་པར་སྟོན་དུ་བཏང་ནས། བྱོད་གཉིས་ཀྱིས་དྲི་བ་དང་  
 དྲི་ལན་མཛད་པའི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་ལེགས་སོ་གིན་དུ་ལེགས་སོ། ། རིགས་

གྲི་བྱ་སྤྱན་རས་གཟིགས་གྲིས་བཤད་པ་ལྟར་ཆོས་ཐམས་ཅད་དེ་དེ་བཞིན་དུ་  
 ཡིན་ནོ། །ཆོས་ཐམས་ཅད་དེ་གཉིས་གྲིས་བསྐྱོངས་མཛད་པ་དེ་བཞིན་དུ་  
 ཡིན་པར་མཐུན་དགོས་ཏེ། རི་ལྟར་ན། ཁྱོད་གཉིས་གྲིས་དྲི་བ་དྲིན་ལན་  
 གྲིས་བསྤྱན་པ་དེ་བཞིན་དུ། ཤེས་རབ་གྲི་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་ཟབ་མོའི་དམ་  
 ཆོས་འདི་ལ་ཀུན་གྲིས་སྦྱོད་པར་བྱ་སྟེ། ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། དེ་འདྲ་བའི་ཟབ་  
 མོ་ལ་སྦྱད་པ་དེ་ནི། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་རྣམས་  
 གྲིས་ཀྱང་དོན་འདི་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་དོ། །ཞེས་རྗེས་སུ་གནང་བའི་བཀའ་དོ།

བཞི་པ་འཁོར་རྣམས་རྗེས་སུ་འཛིན་པར་གདམས་པ་ནི། ལྟོན་པ་  
 བཅོམ་ལྡན་འདས་གྲིས་དེ་སྐད་ཅེས་བཀའ་སྩལ་བར་མཛད་ནས། ཆེ་དང་  
 ལྡན་པ་ཤུ་རིའི་བྱ་ཞེས་ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་དབང་བཅོམ་པ་དེ་དང་། བྱང་  
 རྒྱུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་དཔའ་  
 ཡུག་དང་། གནས་དེར་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་དང་ལྡན་པའི་འཁོར་དགེ་འདུན་  
 གྲི་དགེ་སྦྱོང་དང་། བྱང་རྒྱུབ་སེམས་དཔའི་དགེ་འདུན་དེ་དག་དང་། གཞན་  
 ཡང་ལྟ་དང་རྐང་གཉིས་མི་རྣམས་དང་། ལྟ་མ་ཡིན་གྲི་འགྲོ་བ་རྣམས་དང་།  
 དྲི་ཟར་དང་བཅས་པའི་འཛིག་རྟེན་པ་ཐམས་ཅད་ཤུ་རིའི་བྱ་དང་སྤྱན་རས་  
 གཟིགས་གཉིས་གྲིས་དྲི་བ་དྲི་ལན་དང་། ལྟོན་པས་བྱིན་རྒྱལ་མཛད་པའི་  
 གནས་འདི་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རངས་ཏེ། བདག་ཅག་གི་ལྟོན་པ་བཅོམ་ལྡན་འདས་  
 གྲིས་གསུངས་པ་འདི་ལ། འཛིག་རྟེན་འགྲོ་བ་ལྟ་དང་བཅས་པ་ཀུན་གྲིས་



མངོན་པར་དགའ་ཞིང་སྒྲོ་བ་དང་བཅས་པས་བསྟོད་དོ། །དེ་ལྟར་གསུངས་  
 པར་གཞུང་འདིའི་ཟབ་མོ་བཞི་ལྟན་དང་། ཟབ་མོ་བརྒྱད་ལྟན་གྱི་དོན་ཡིད་  
 ལ་བླན་བཞིན་པའི་ངང་དུ་ཟབ་མདོ་འདི་བཏོན་ན་བྱིན་རྒྱལས་རྣམས་མཐུ་གིན་  
 ཏུ་ཆེ་སྟེ། སྟོན་ལྟའི་དབང་པོ་བརྒྱ་བྱིན་གྱིས་སྤགས་འདི་བཏོན་པའི་རྗེས་  
 སུ་བདེན་སྟོབས་བརྗོད་ནས་ཐལ་མོ་ལན་གསུམ་བདེ་བ་པའི་མཐུས། བདུད་  
 རྒྱུ་ཅན་རྣམས་ཕྱིར་བསྒྲགས་པའི་གསུང་རྒྱུན་བཞིན་དུ་དོན་གཉེར་ཅན་དག་  
 གིས་ཉམས་སུ་ལེན་དགོས་སོ། །

བཞི་པ་མཐུག་གི་དོན་ནི། བཅོམ་ལྷན་འདས་མ་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་  
 རོལ་དུ་བྱིན་པའི་སྤྱིང་པའི་མདོ་རྫོགས་སོ། །དེ་ལྟ་བུའི་གོ་ལོ་གཉེར་ལྟ་ཡིད་  
 པའི་གཞུང་འདི་ཀྱ་གར་གྱི་པཎ་ཏི་ཏ་ཅི་མ་ལ་དང་པོད་ཀྱི་ལོ་ཙྰ་བ་རིན་ཆེན་  
 རྗེས་བསྐྱར་ཅིང་གཏན་ལ་ཡབ་པའོ། །

འདིར་སྒྲས་པ།

འདི་འདྲའི་གསུང་རབ་ཟབ་མོ་དཔྱད་པ་ཡི།

འདི་ན་བདག་ལ་གདེང་སྒྲོབས་མེད་མོད་ཀྱང་།

འདི་ལྟར་ཡོངས་འཛིན་དམ་པའི་ཞལ་སྒྲོ་ལས།

འདི་འདྲ་ཐོས་ཆད་བསམ་ཞིབ་བརྗོད་པ་ལགས།

མི་མཆོག་རྒྱལ་བའི་གསུང་ཟབ་ཉིང་ཁུ་ལ།

མི་ཐ་སྐྱོད་ལ་བདག་གིས་མཆན་སྤྲོད་འདིར།།

མི་མཐུན་གཞུང་དང་འགལ་འབྲུལ་ཅི་མཆིས་ཀྱན།།

མི་ཚོར་མཁས་བྱུང་ཡོངས་ཀྱིས་བཟོད་བཞེས་མཛོད།།

ཅེས་ཡུམ་ཤེས་རབ་སྒྲིང་པོའི་འགྲེལ་མཆན་འདི་བྱ་བའི་དགོས་པ་བྱུང་བྱུང་ལ་མཆན་  
དང་། ཐུག་མཛོད་མཁའ་འགྲོ་འགས་ནས་གཉིས་ཀྱིས་ཤེར་འགྲེལ་ཞིག་དགོས་ཚུལ་ནན་བསྐྱེད་  
བྱས་པ་ལ་བདུས་ཏེ། ཡོངས་འཛིན་དམ་པ་འབྲུལ་ཟད་མཁས་པའི་དབང་པོ་ནམས་ཀྱི་གསུང་གི་  
བདུད་ཅིའི་ཐོས་སྤྱོད་ལ་ཞིབ་བསམ་བྱས་ནས་སྒྲིལ་ལོ་༡༩༩༧ ཁེ་མི་སྤང་གི་ལོ། རང་ལོ་སོ་སྐུམ་  
སོན་པའི་ཚུ་སྟོང་ཟླ་བའི་ཆེས་བཞིར་སྟོན་པའི་ཆེས་འཁོར་བསྟོར་བའི་དུས་བཟང་ལ། ལྷང་རི་ཀ་མ་  
བསྟན་འཛིན་ཀུན་དགའ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆན་དུ་འཛིན་པའི་མདོ་ཁམས་པ་ཞིག་གིས་སྤྱག་བྲིས་བྱས།

གསུང་རབ་རིན་ཆེན་ནམ་མཁའ་མཛོད་ཀྱི་སྒྲོ།།

མཐུན་དཔྱད་ཞེ་མིག་ཚོན་པོས་ཡོངས་ཕྱེ་སྟེ།།

ཐབ་གསང་རིན་ཐང་མེད་པའི་བགོ་སྐལ་གྱིས།།

ལུས་ཅན་རེ་སྟོང་གང་ཁྱོད་ཅིས་མི་སྟགས།།

ཆོག་འདི་རྒྱལ་ཚབ་སྤྱལ་སྤྱུ་ཡེ་ཤེས་རྒྱ་མཚོས་ཞུས་གཟིགས་སྐབས་སུ་ཡུལ།

༡༡། སྒྲོལ་མཆན་པད་དཀར་མཛེས་པའི་དོ་གཤམ།

སྲིད་པའི་མཆོ་ལ་འདུག་ཅིང་སྲིད་པའི་དྲི་མ་ཀུན་དུ་བྲལ།  
སྲིད་དང་ཞི་བ་ལས་སྒྲོལ་སྒྲིང་སྲིད་ཀུན་ལ་དབང་དུ་བསྐྱུར།  
སྲིད་གསུམ་གྲགས་པའི་ལྷ་ཆེན་སྲིད་དོ་ཅིག་གིས་བཀྱར་བྱེད་མ།  
སྲིད་པའི་རིགས་དུག་མཐོན་གཅིག་སྲིད་ན་འགན་བྲལ་བྱིད་ལ་འདུད།

ཐུགས་བརྩའི་ཁིང་ཀུན་ཀུན་ནས་འགོངས་པའི་དཔལ་མང་འཁོར།  
འགྲོ་ཀུན་ཆོས་བྱེད་བྱེད་པའི་གདངས་ཀྱང་ཟིལ་གྱིས་གནོན།  
བྱིད་ལ་ཆེ་བསྟོད་བསྟོད་ཆོག་རིན་ཐང་གཞལ་མེད་གཞུང།  
སྒྲན་པར་གསུངས་གང་གང་གི་སྒྲན་ལ་ཅུང་ཟད་དཀྲོལ།

ཞེས་སངས་རྒྱུ་ནམ་སྒྲིང་གིས་རྒྱུ་ལེའུ་སུམ་བརྩུ་མོ་ལྔའི་ནང་  
གསུངས་པའི་ཐུག་འཆལ་ཉེར་གཅིག་གི་བརྟོད་པ་འདི་མཆན་འགྲེལ་སྒྲིང་སྒྲིང་  
ཅམ་དུ་བཤད་པ་ལ་གསུམ། མདོར་བསྟན་པ་དང་། རྒྱུ་པར་བཤད་པ།  
མཐུག་བསྐྱུ་བའོ། །

དང་པོ་ནི། ཡི་རྩེ་བརྩུན་མ་འཕགས་མ་སྒྲོལ་མ་ལ་ཐུག་འཆལ་ལོ་

ཞེས་པའོ། །དེ་ཡང་ཨི་ཞེས་པ་ནི། རྒྱུད་དོན་རྩིས་ལས། ཡི་གེ་ཨི་ནི་ཅི་  
 ཞིག་བཞིན། མཚོག་དང་ནོར་སྟེར་དཔལ་དང་གཡང་། །སྐལ་བཟང་ནམ་  
 པ་དང་ལྷན་ཞིང་། །དམ་བཅའ་བ་དང་བཀྲ་ཤིས་བཞིན། །ནོར་བུ་འཛིན་  
 པའི་སྟོང་པོའོ། །ཞེས་པ་ལྟར། དོན་བརྒྱད་ལ་འཇུག་ཀྱང་སྐབས་འདིར་  
 འོག་མ་བསྟོད་ཆོག་ནམས་རིམ་བཞིན་བཞིན་པར་དམ་བཅའ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་  
 ལྟར་སོ་ཐར་བྱང་སེམས་གསང་སྤྲུགས་གསུམ་གྱི་སྡེ་མ་པ་དང་ལྷན་པའི་རྩི་  
 བཅུན་ལ། འཁོར་བའི་ལས་ཉོན་གྱི་རྩི་མས་ཆ་ཅམ་ཡང་མགོས་པ་པད་མའི་  
 སྤྲུག་ལྟར་གཅོང་བའི་འཕྲགས་ལ། རིགས་དྲུག་གི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
 སྤྲུག་བསྐྱེད་ལས་སྦྱོབ་པས་ན། སྦྱོབ་མ་དེ་ལ་སྦྱོགས་སུ་མ་གུས་བཀྲར་ཆེན་པོས་  
 སྤྲུག་འཆའ་ལོ། །དང་པོ་ལོ་རྒྱུས་གྱི་བསྟོད་པ་ནི།

སྤྲུག་འཆའ་སྦྱོབ་མ་སྤྱར་མ་དཔའ་མོ། །

སྤྱན་ནི་སྐད་ཅིག་སྦྱོག་དང་འདྲ་ལ། །

འཛིག་རྟེན་གསུམ་མགོན་ཐུ་སྦྱེས་ཞལ་གྱི། །

གེ་སར་བྱེ་བ་ལས་ནི་བྱང་ལ། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། སྤྲུག་འཆའ་བཞི་གསུམ་འདུད་ཡིན་ལ། སྐབས་  
 འདི་སྤྲུག་གང་ལ་འཆའ་ཞེ་ན། འགྲོ་ཀྱན་མཐར་སྤྲུག་འཁོར་བ་དང་ངན་  
 སོང་གི་སྤྲུག་བསྐྱེད་ལས་སྦྱོབ་ཞིང་། སྤྲུགས་རྩི་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ལ་དུས་  
 སྐད་ཅིག་ཀྱང་གཡེལ་བ་མེད་པ་མ་གཅིག་པས་བྱུ་ལ་བརྩེ་བ་བཞིན་འཕྲོན་ལས་

གཞན་ལས་ཐུར་མ། ཐབས་ཤེས་ཟུང་འབྲེལ་གྱིས་ཉོན་མོངས་པའི་བདུད་  
 ཚོགས་འཛིན་པས་དཔའ་མོ། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྒྱུན་ནི་འོད་ཤིན་ཏུ་གསལ་བ་པས་  
 རྒྱད་ཅིག་གི་སྒྲོག་འབྲུགས་པ་དང་འདྲ་བའི་འཁོར་འདས་ཀྱི་ཚོས་ཀྱན་གསལ་  
 ལེ་གཟིགས་མ། དེ་འདྲའི་སྒྲོལ་མ་དེ་གང་ལས་འབྲུངས་ཤིང་། ཇི་རྒྱུ་དུ།  
 རྒྱ་པོ་ཀ་རའི་སྒྲོལ་བ་སྟོད་ལས། ཁྱིད་སྒྲོན་སྒྲོབ་པ་ནམ་གཟིགས་སྒྱུན་ཆབ་  
 ལས། གང་འབྲུངས་དེ་ཆེ་དེ་མ་ཐག་འདི་རྒྱད། ཁྱིད་གནས་གང་ཏུ་འཛིགས་  
 པས་འཛིགས་འགྱུར་ཡོད། རྟེན་ཀྱན་ངས་སྒྲོབ་ཅེས་གསུངས་དམ་བཅའ་  
 དགོངས། ཞེས་པ་ལྟར། ས་འོག་ལྷའི་འཛིག་ཏེན། ས་སྟེང་མའི་འཛིག་  
 ཏེན། ས་བླ་ལྷའི་འཛིག་ཏེན་གསུམ་གྱི་མགོན་པོ་འཕགས་མཆོག་སྒྱུན་རས་  
 གཟིགས་ཀྱི་ཞལ་གྱི་དཀྱིལ་འཁོར་ལ་ཁུ་སྒྲེས་ཏེ། སྒྱུན་ཆབ་ལས་མེ་ཏོག་པར་  
 ཞིག་འབྲུངས་པ་དེའི་གེ་སར་ཁ་བྱེ་བ་ལས་ནི་སྤྱལ་པའི་ལྷ་མཆོག་མགོན་མེད་  
 རྣམས་ལ་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་དཔུང་གཉིན་པུང་བའི་ལོ་རྒྱུས་དང་ལྡན་མ་དེ་ལ་གུས་  
 བཀྱར་བྱེད་དགོས་ཏེ། ཇི་རྒྱུ་དུ། སྒྲོབ་དཔོན་ནི་མའི་སྒྲོབ་ཐབས་ལས།  
 སྒྱུན་རས་གཟིགས་མགོན་ཐུགས་རྗེ་མ། ཁུ་སྒྲེས་ཞལ་གྱི་གེ་སར་ལས། ཁུ་  
 འཛིན་ལས་སྒྲེས་སྒྲོག་འགྱུར་བཞིན། འབྲུང་བས་རབ་དགའི་སྒྲོལ་མ་སྒྲོམ། ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར། སྒྲོལ་མ་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་ན་འཕྲིན་ལས་ཐུར་བར་ཡོད་  
 གཉིས་ཅི་དགོས་ཏེ་མི་དགོས་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི་བའི་བསྟོད་པ་ནི།

ཐུག་འཆལ་སྟོན་ཀའི་ཟླ་བ་ཀྱན་ཏུ། །

གང་བ་བརྒྱུན་པ་ཕྱི་གས་པའི་ཞལ་མ། །

སྐར་མ་སྟོང་ཕྱག་བརྒྱུན་པ་རྣམས་ཀྱིས། །

རབ་དྲ་ཕྱེ་བའི་འོད་རབ་འབར་མ། །

ཞེས་ཡུལ་གང་ལ་ཕྱག་འཆལ་ཞེན། རྩལ་སྤྱིན་དང་བུལ་བའི་སྟོན་  
ཀའི་དུས་ཀྱི་རྩ་བ་སྤྱེས་འཕྲོལ་གས་ཤིང་། ཉ་ཀར་དུ་གང་བ་བརྒྱུན་པ་མང་  
པོ་དག་ནི་ཕྱི་གས་གཅིག་དྲ་བརྒྱུན་པ་འཕམ་སྤངས་པ་ལྟ་བུར་དཀར་ཞིང་གཟི་  
མདངས་དང་ལྗན་པའི་ཞལ་རས་མཛེས་མ། དེ་ལ་ཡང་སྐར་མ་སྟོང་ཕྱག་  
དུ་མ་ཕྱི་གས་གཅིག་དྲ་ཆོག་པ་ལྟ་བུའི་འོད་ཟེར་རྣམས་ཀྱིས་རབ་དྲ་ཕྱེ་ཞིང་  
ཞི་བའི་འཛུམ་མདངས་འོད་དཀར་རབ་དྲ་འཕྲོ་བའང་འབར་མ་དེ་ལ་གསོལ་  
བ་བཏབ་ན་མི་ཤེས་ལུན་པ་སེལ་དེ། ཡང་དེ་ཉིད་ལས། སྟོན་རྩ་བ་བརྒྱ་ཡི་  
ཞལ་མདངས་མངའ། སྟོང་ཕྱག་སྐར་མས་རབ་ཕྱེས་པའི། བཀྲག་འཛིན་  
གཟི་མདངས་ཡིད་འོང་མ། མི་ཤེས་ལུན་སེལ་བསྐྱོམ་པར་བྱ། ཞེས་གསུངས་  
པ་ལྟར་རོ། །གསུམ་པ་ཕྱག་མཆན་དང་རྒྱུའི་བསྟོད་པ་ནི།

ཕྱག་འཆལ་སེར་ཕྱོ་ལྷ་ནས་སྤྱེས་ཀྱི། །

པརྣས་ཕྱག་ནི་རྣམ་པར་བརྒྱན་མ། །

སྤྱིན་པ་བརྩོན་འགྱུས་དཀར་ཐུབ་ཞི་བ། །

བཟོད་པ་བསམ་གཏན་སྤྱོད་ཡུལ་ཉིད་མ། །

ཞེས་པ་སྟེ། ཡུལ་གང་ལ་ཕྱག་འཆལ་ཞེན། གསེར་ལྟར་སེར་

བའི་ཟེའུ་འབྲུ་མངོས་ཤིང་ཅུང་ཟད་སྒྲོ་བའི་ཁ་དོག་ཅན། རྒྱལ་ནང་ནས་  
 སྤྱི་པའི་ཐལ་དུ་ལ་དྲི་མེད་ཀྱི་མེདོག་པརླའི་ཡུ་བ་ཕྱག་གཡོན་གྱི་མཐེབ་སྤྲོན་  
 གྱི་ནི་ནམ་པར་བརྒྱན་ཅིང་། འདབ་མ་ནམས་སྤྲོན་གྱི་ཐང་དུ་ཁ་སྤྲེའི་སྒྲོལ་  
 མ་ཁྱོད་ནི། སྤྲོན་པའི་ཡར་ཕྱིན། བཙོན་འགྲུས་ཀྱི་ཡར་ཕྱིན། དཀའ་བྱུང་  
 རྩེ་ཚུལ་ཁྲིམས་ཡར་ཕྱིན། ཞི་བ་སྤྲེ་ཤེས་རབ་ཡར་ཕྱིན། བཟོད་པའི་ཡར་  
 ཕྱིན། བསམ་གཏན་དང་ཡ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་དུག་ལ་མངའ་བརྟེན་ཤིང་སྤྱོད་  
 ཡུལ་ནིད་དུ་བྱས་མ་དེ་ལ། ཐེ་ཚོམ་མེད་པར་གསོལ་བཏབ་གུས་བཀྲར་བྱེད་  
 དགོས་ཏེ། དེ་ནིད་ལས། ཤེས་རབ་བདག་ནིད་ཡར་ཕྱིན་ལྟ། ཡོངས་  
 རྩོགས་འཕགས་མ་ཚོ་ག་བཞིན། ཁིམ་གཉིས་བསྒྲོམ་ཞིང་བརྒྱས་བྱས་ཏེ།  
 རྒྱ་ཆེར་མཆོད་བསྟོད་བསྐྱགས་པར་བྱ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། བཞི་  
 པ་གུས་བཀྲར་གྱི་བསྟོད་པ་ནི།

ཕྱག་འཆོལ་དེ་བཞིན་ག་ཤེགས་པའི་གཙུག་ཏོར། །

མཐའ་ཡས་ནམ་པར་རྒྱལ་བར་སྤྱོད་མ། །

མ་ཡུས་ཡ་རོལ་ཕྱིན་པ་ཐོབ་པའི། །

རྒྱལ་བའི་སྤྲས་ཀྱིས་ཤིན་དུ་བརྟེན་མ། །

ཞེས་པ་སྤྲེ། ཡུལ་གང་ལ་ཕྱག་འཆོལ་ཞེ་ན། དེ་བཞིན་ག་ཤེགས་  
 པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཀྱང་གཙུག་ཏོར་ལྟར་མཆོད་པའི་གནས་སུ་གྱུར་ཅིང་།  
 ཉོན་མོངས་པའི་བདུད་དང་འཛིག་རྟེན་ཡས་སྤྲོལ་མཐའ་ཡས་པ་དེ་ལས་དུས་

དང་ནམ་པ་ཀུན་དུ་ཀྱལ་བར་སྤྱོད་པའི་སྒྲིབ་མ། ས་བརྩུ་མ་ལུས་པའི་ཕ་རོལ་  
 དུ་ཕྱིན་པ་དུག་ཐོབ་པའི་ཀྱལ་བའི་སྤྲུལ་བྱུང་ཁྱབ་སེམས་དཔའ་ནམས་ཀྱིས་  
 ཀྱང་། གུས་བཀུར་ཆེན་པོས་ཞབས་དུལ་སྤྱི་བོར་གིན་དུ་བསྟེན་པའི་སྒྲིབ་  
 མ་ལ་ཀུན་གྱིས་མཆོད་པའི་ཡོན་ཏན་དང་ཐུན་ཏེ། དེ་ཉིད་ལས། གཙུག་  
 ཏོར་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུའི་མཆོན། །བདུད་དག་འཆོ་བ་ཀུན་ལས་ཀྱལ། ས་  
 རོལ་ཕྱིན་ཀུན་ཡོངས་རྫོགས་པས། །བདག་ཉིད་ཆེ་ནམས་ཀྱིས་མཆོད་བསྐྱེ།  
 ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། ། ལྷ་པ་མི་མཐུན་སྤྱོགས་གཞོན་པའི་བསྟོད་པ་ནི།

ཕུག་འཆོལ་དུ་སྐྱབ་ར་རྩྭ་ཡི་གོ། །

འདོད་དང་སྤྱོགས་དང་ནམ་མཁའ་གང་མ། །

འཇིག་རྟེན་བདུན་པོ་ཞབས་ཀྱིས་མནན་ཏེ། །

ལུས་པ་མེད་པར་འགྲགས་པར་རུས་མ། །

ཞེས་པ་སྟེ། ཡུལ་གང་ལ་ཕུག་འཆོལ་ཞེན། དུ་སྐྱབ་ར་ཞེས་པའི་  
 སྤྲུལ་སྤྱོད་ལས་འཕྲོས་པའི་འོད་ཟེར་དང་། རྩྭ་ཡིག་གི་སྐྱས་འཇིག་རྟེན་  
 འདིར་གནས་པའི་དཔྱལ་བ། ཡི་དགས། དུད་འགྲོ། མི། ལྷ། འདོད་  
 ཁམས་ཀྱི་འགྲོ་བ་ལྔ་དང་། སྤྱོགས་ཏེ་གཟུགས་ཁམས་དང་། ནམ་མཁའ་  
 རྟེན་གཟུགས་མེད་ཀྱི་ཁམས་གསུམ་པོན་གང་བར་མཇུག་མ། དེ་ལྟ་བུའི་འཇིག་  
 རྟེན་གྱི་ཁམས་བདུན་པོ་ན་ཡོད་པའི་ལྷ་ནམས་ཞབས་ཀྱིས་ཀྱང་མནན་ཏེ།  
 དབང་ཕུག་ཆེན་པོ་སྤྱོགས་ཀྱང་ལུས་པ་མེད་པར་དབང་དུ་འགྲག་པར་རུས་



པའི་རིག་སྤྲུག་གི་མཐུན་པའི་སྒྲིལ་མ་ལ། དད་བཀྱར་གསོལ་བཏབ་  
 གྱེད་ན་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ཀྱི་དབང་དུ་བསྐྱར་རྟེ། དེ་ཉིད་ལས། མཐུ་  
 ཆེན་སྤྲུག་གི་རྒྱ་རྒྱ་ཡིས། །ལམས་གསུམ་རྒྱས་འགོངས་སྤྱོད་གསུམ་གནོན།  
 །ཀྱན་བདག་བཀྱག་ནས་དབང་རྒྱུད་མ། །དབང་བསྐྱར་ཆེ་ཉིད་རྣམ་པར་  
 བསྐྱེལ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །དུག་པ་ལྟ་རྣམས་ཀྱིས་བཀྱར་བའི་  
 བསྐྱོད་པ་ནི།

ཕུག་འཆལ་བརྒྱ་བྱིན་མེ་ལྷ་ཆངས་པ།

རྒྱུད་ལྷ་རྒྱ་ཆོགས་དབང་ཕུག་མཆོད་མ།

འབྲུང་པོ་རོ་ལངས་དྲི་བ་རྣམས་དང་།

གནོད་སྦྱིན་ཆོགས་ཀྱིས་མདུན་ནས་བསྐྱོད་མ།

ཞེས་པ་སྟེ། ཡུལ་གང་ལ་ཕུག་འཆལ་ཞེན། ལྷའི་དབང་པོ་བརྒྱ་  
 བྱིན་དང་། བར་ལྷའི་ཕྱོགས་བདག་མེ་ལྷ་དང་། ཆངས་པ་དང་། རུབ་  
 བྱང་ཕྱོགས་སྦྱོང་དུ་གནས་པའི་རྒྱུད་ལྷ་དང་། འཇིག་རྟེན་གྱེད་པོར་རྒྱུ་པའི་  
 རྒྱ་ཆོགས་དབང་ཕུག་སོགས། ལྷ་དེ་དག་གིས་ཀྱང་མཆོད་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་  
 སྒྲིལ་མ། ཆོགས་བདག་སོགས་འབྲུང་པོ་རྣམས་དང་། དུད་ཁྱིམ་ན་གནས་  
 པའི་རོ་ལངས་རྣམས་དང་། ཟུར་ཕྱད་ལྷ་པ་སོགས་དྲི་བ་རྣམས་དང་། རྣམ་  
 བོས་སྤྲུལ་པ་སོགས་པ་གནོད་སྦྱིན་གྱི་ཆོགས་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་། མདུན་ནས་  
 གུས་བཀྱར་ཆེན་པོ་བསྐྱོད་སྤྲུག་ཕུལ་པའི་རྒྱལ་ཡུལ་སྒྲིལ་མ་ལ་གསོལ་བ་

འདེབས་ན། དངོས་གྲུབ་སྟེར་ངེས་པར་ཡིན་ཏེ། དེ་ཉིད་ལས། འཇིག་  
 རྟེན་ལས་འདས་འཇིག་རྟེན་གྱི། །ཆེ་ནམས་དབང་ཕྱག་དཔལ་ལྡན་མ།  
 །འཇིགས་ཆེན་སྤྲིག་སྤྱོད་སྤྲིད་ཞི་བའི། །དངོས་གྲུབ་སྟེར་མཛད་མཁས་པས་  
 བསྐྱོམ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །བདུན་པ་ཨ་འོ་ལ་འཛོམས་པའི་བསྟོན་  
 པ་ནི།

ཕྱག་འཆོལ་བྱད་ཅེས་བྱ་དང་ཡཎ་གྱིས།།

ཨ་འོ་ལ་འབྲུལ་འཁོར་རབ་དུ་འཛོམས་མ།།

གཡས་བསྐྱམས་གཡོན་བརྒྱུངས་ཞབས་གྱིས་མཛན་ཏེ།།

མེ་འབར་འབྲུགས་པ་ཤིན་དུ་འབར་མ།།

ཞེས་པ་སྟེ། ཡུལ་གང་ལ་ཕྱག་འཆོལ་ཞེ་ན། ཞལ་ནས་བྱད་ཅེས་བྱ་བ་དང་  
 ཡཎ་ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་གསང་སྤྲུགས་གྱིས་སྒྲ་བྲག་པོ་བཙོང་བ་ཙམ་  
 ནས། ཨ་འོ་ལ་བྱད་མ་ནམས་གྱི་བསམ་སྦྱོར་ངན་པས་གཞན་ལ་གཞོད་པའི་  
 འབྲུལ་འཁོར་གྱི་རྒྱས་མཐུ་ཐམས་ཅད་རབ་དུ་འཛོམས་པར་མཛད་མ། འདི་  
 རི་གདུལ་དཀའ་འདུལ་ཕྱིར་ཡིན་གྱི་ངན་སེམས་དབང་གིས་གཞོད་པའི་སྦྱོར་  
 བཞི་མ་ཡིན་ནོ། །ཞབས་གཡས་བསྐྱམས་ཤིང་གཡོན་བརྒྱུངས་པའི་ཞབས་  
 གྱིས་འོག་དུ་བྱད་མ་བྱད་འདྲེ་སོགས་གདུག་པ་ཙན་ནམས་མཛན་པ་བྱས་ཏེ་  
 སྒྲ་ལས་ཡེ་ཤེས་གྱི་མེ་དཔུང་འབར་ནས། འབྲུགས་པ་བཙོང་དཀའི་འཐབ་  
 རྩོད་ཤིན་དུ་འབར་བས་གཞོད་བྱེད་ཐམས་ཅད། ལྷག་ལུས་མེད་པ་སྟེག་པར་

མཛད་མ་དེ་ལ་གསོལ་འདེབས་བགྱིད་ན། ཡུ་མ་གྲག་པ་ཙམ་གྱིས་བར་  
 ཆད་སེལ་ཏེ། དེ་ཉིད་ལས། མ་ལུས་ཚོལ་འཛོམས་སྒྲུ་མོ་ཆེ། །ཏད་ཡུ་  
 གྲུ་ཡིས་པ་རོལ་གཞོན། །བརྒྱ་གསེར་དང་ཉི་མ་ལ། །གཡས་བརྒྱམས་གཡོན་  
 བརྒྱངས་སྤངས་སྤབས་མཛེས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །བརྒྱད་པ་  
 གྲིབ་གཉིས་སྦྱང་བའི་བརྟེན་པ་ནི།

ཕུག་འཆོལ་དུ་རེ་འཛིགས་པ་ཆེན་མོ།  
 བདུད་གྱི་དཔའ་པོ་ནམ་པར་འཛོམས་མ།  
 རུ་སྤྱེས་ཞལ་ནི་ཁྲོ་གཉེར་ལྡན་མཛད།  
 དག་པོ་ཐམས་ཅད་མ་ལུས་གསོད་མ།

ཞེས་པ་སྟེ། ཡུལ་གང་ལ་ཕུག་འཆོལ་ཞེ་ན། དུ་རེ་ཞེས་པ་ཆོས་  
 རུ་སྤྱེས་མེད་པའི་དབྱིངས་ལས་གདུག་པ་ཙན་ནམས་འདུལ་བས་ཐྱིར། ཏ་  
 རེ་སོགས་སྤགས་བརྒྱས་པའི་བྱིན་མཐུ་ཡིས། འཛིགས་པ་ཆེན་པོ་བརྒྱད་ལས་  
 སྦྱོབ་པའི་དཔའ་པོ་ཡིན་ཏེ། ཇི་སྐད་དུ། པའ་ཉི་ཏ་ཉི་སྤས་གྱིས། མེད་གེ་  
 གླང་ཆེན་མེད་དང་ཆོམ་རྒྱན་དང་། །དུག་སྒྱུལ་བཙོན་ཁང་ཁྱུ་དང་འབྱུང་པོའི་  
 གདོན། །འདུས་བྱས་ཀྱི་མཚོ་ལས་འབྱས་འཇུག་རྟོགས་ཅན། །ཞེས་གསུངས་  
 པ་ལྟར། མེད་གེའི་འཛིགས་པ། གླང་པོའི་འཛིགས་པ། མེ་ཡི་འཛིགས་  
 པ། སྒྱུལ་གྱི་འཛིགས་པ། རྒྱན་པོའི་འཛིགས་པ། རུགས་སྒྲོག་གི་འཛིགས་  
 པ། རུ་པོའི་འཛིགས་པ། ག་ཟའི་འཛིགས་པ་དང་བརྒྱད་པེ་སེ་སེའི་ལོ་རྒྱས་

ཞིབ་འཆད་བྱེད་ན་མཚམས་འདིར་ཆེས་མང་པར་དོགས་ཏེ་མ་བཀོད་དོ།  
 བདུད་ཀྱི་དཔའ་པོ་སྟོན་ཅོན་མོངས་པའི་བདུད་བཞི་ནམ་པར་འཛུམས་པའི་འཕྲིན་  
 ལས་སྦྱར་མ། སྐལ་ལྷན་གདུལ་བྱ་ནམས་ཀྱི་ཚུ་སྦྱིས་པ་སྒྲིའི་སྦྱགས་ལྟར་མཛེས་  
 པའི་ཞལ་རས་དེ་ནི་ཟིལ་བ་ཁྲོམ་མེ་མཐོང་བ་ཅམ་ནས་གདུང་སེམས་ཀྱན་ལས་  
 སྦྱོལ་ཞིང་། དེ་ལྟ་བུ་ཞི་བས་འདུལ་མི་འོས་པའི་གདུལ་བྱ་ལོག་པར་འདྲན་  
 པ་ནམས་ལ། ཞལ་རས་ཅུང་ཟད་ཁྲོ་བའི་གཉེར་མ་དང་ལྷན་པར་སྟོན་གནང་  
 མཛད་པ་ནི་ཐབས་ལ་མཁས་ཤིང་། གཞན་ཡང་ཐར་པའི་དགྲ་པོ་ཅོན་སྦྱིབ་  
 དང་། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་དགྲ་ཤེས་བྱའི་སྦྱིབ་པ་ནམས་ལྷག་མ་ལུས་  
 པ་མཛད་པར་གསོད་པའང་འཛུམས་མཛད་སྦྱོལ་མཛད་ལ། ཡིད་གཉིས་མ་མཆིས་  
 པས་གསོལ་བ་འདེབས་ན། འཇིགས་པ་བརྒྱད་ལས་སྦྱོབ་སྟེ། དེ་ཉིད་ལས།  
 འཇིགས་ཆེན་ལས་སྦྱོབ་འཇིགས་ཆེན་མོ། དཔའ་པོ་ལས་ཀྱང་ཆེས་དཔའ་  
 མོ། ཁྲིས་པས་དགྲ་གསོད་དགྲ་ཆེན་བསྐྱལ། །དབང་སྦྱར་ཀྱན་སྦྱིན་དབང་  
 བདག་བསྟོམ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། དགུ་པ་ཕྱག་མཚན་གྱི་བསྟོད་  
 པ་ནི།

ཕྱག་འཆལ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་མཆོན་ཕྱག་བྱའི།  
 སོར་མོས་སྦྱགས་ཀར་ནམ་པར་བརྒྱན་མ།  
 མ་ལུས་སྦྱགས་ཀྱི་འཁོར་ལོས་བརྒྱན་པའི།  
 རང་གི་འོད་ཀྱི་ཚོགས་ནམས་འབྲུག་མ།

ཞེས་པ་སྟེ། ཡུལ་གང་ལ་ཕུག་འཆལ་ཞེན། ཕུག་གཡོན་པའི་  
 མཐེབ་སྤྱོད་གྱིས་ཐུགས་ཀའི་ཐད་དུ་ཕྱུག་ཆལ་གྱི་ཡུ་བནས་བརྩེད་ཞིང་། དཀོན་  
 མཆོག་གསུམ་མཆོན་པའི་ཕྱིར་དུ་ཕུག་ཀྱི་ནི་མཛུབ་མོ་དང་། གུང་མོ་དང་།  
 སོར་མོ་སྟེ་མཐེབ་རྒྱུད་དང་གསུམ་པོ་ཐུགས་ཀར་ནམ་པར་བརྟན་པའང་བསྐྱང་  
 པའི་སྒྲོལ་མ། མ་ལུས་པའི་ཕྱོགས་ཀྱི་ཆ་བམས་ཅད་ཕུག་གཡས་པའི་མཆོག་  
 སྤྱོད་གྱི་ཕུག་ཀྱི་མཛུབ་པའི་མཐེལ་དུ། ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོས་བརྟན་པ་ལས་  
 འཕྲོས་པའི་རང་གི་འོད་ཀྱི་ཆོགས་ནམས་ཀྱིས། བ་རོལ་པོ་གཞན་གྱི་འོད་  
 ནམས་རབ་དུ་འཁྱུག་ཅིང་ཐིམ་གྱིས་གཞོན་པའི། སྒྲོལ་མ་དེ་ལ་མཆོད་བརྟོད་  
 སྒྲོམ་སྒྲུབ་ཤིང་ན། རབ་དུ་བྱུང་བ་ནམས་ལ་བརྟེ་བ་ཆེན་པོས་འབྲལ་མེད་  
 སྒྲོང་སྟེ། དེ་ཉིད་ལས། སངས་རྒྱས་ཆོས་ལས་ལེགས་སྦྱེས་ཤིང་། །དག་  
 འདུན་ཀུན་སྒྲོང་བརྟེ་ཆེན་མ། །ཕྱོགས་དང་ཕྱོགས་བྲལ་འཁོར་ལོའི་  
 བདག་ཀྱང་སྦྱོས་འོད་ཀྱིས་ཀུན་སྦྱེས་བསྒྲོམ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ།  
 །བརྩེ་པ་དབུ་རྒྱན་དང་བཞད་སྒྲུའི་བརྟོད་པ་ནི།

ཕུག་འཆལ་རབ་དུ་དགའ་བ་བརྟེན་པའི།

དབུ་རྒྱན་འོད་ཀྱི་སྒྲོང་བ་སྟེལ་མ།

བཞད་པ་རབ་བཞད་དུ་སྒྲུབ་ར་ཡིས།

བདུད་དང་འཛིག་ཉེན་དབང་དུ་མཛུབ་མ།

ཞེས་པ་སྟེ། ཡུལ་གང་ལ་ཕུག་འཆལ་ཞེན། གང་གི་ཐུགས་ཀྱི་

འོད་ཟེར་གྱིས་གདུལ་བྱ་ནམས་རབ་རྟུ་དགའ་བ་བསྐྱེད་ཅིང་། བཛིན་ཆགས་  
 ཉམས་དང་ལྷན་པའི་དབུ་ལ། རིན་ཆེན་སྒྲ་ཚོགས་ཀྱི་རྒྱན་སྤྲས་པ་ལས་འོད་  
 ཀྱི་ཕྱོགས་ཀྱན་བྱབ་པ་དང་། རིན་པོ་ཆེ་སྒྲ་ཚོགས་འདུས་པའི་འཕྲེང་བ་སྟེལ་  
 མ་སྒྱུ་ལུས་ལ་ཁེངས་ཤིང་། རྒྱགས་ཀྱི་བཞད་པ་སྟེ་བཞད་མོ་རབ་རྟུ་བཞད་  
 པའི་རྟུ་རྟུ་ར་ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྒྲ་བསྒྲགས་པ་ཡིས། འདོད་ཁམས་བདག་པོ་  
 བདུད་རིགས་ནམས་དང་། གཞན་ཡང་འཛིག་རྟེན་གྱི་ལྷ་ཆེན་ཐམས་ཅད་  
 གྲང་དབང་དུ་སྤྱད་མཛད་སྒྲོལ་མ་དེ་ལ་ཡི་དམ་བཞུན་ན། ཉིང་ཏེ་འཛིན་  
 ཐུགས་ལ་འབྲུངས་ཤིང་། དགོ་ཚོགས་ཐམས་ཅད་གོང་འཕེལ་དུ་འབྱུང་སྟེ།  
 དེ་ཉིད་ལས། ཉིང་འཛིན་དམ་པས་ཐུགས་གཏམས་ཏེ། །དགོས་ཤིང་དགོས་  
 པས་རོལ་བའི་སྟབས། །དབུ་རྒྱན་ལྡེ་ཡི་ལྷ་འོད་ཀྱིས། །བཞད་ཅིང་རབ་  
 བཞན་བསྒྲོམ་པར་བྱ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །བརྩ་གཅིག་པ་ཕྱོགས་  
 སྐྱོང་བརྩ་འགྲག་པའི་བསྟོད་པ་ནི།

ཕུག་འཆ་ལ་ས་གཞི་སྐྱོང་བའི་ཚོགས་ནམས།

ཐམས་ཅད་འགྲག་པར་རུས་པ་ཉིད་མ།

ཁྱོ་གཉེར་གཡོ་བའི་ཡི་གེ་རྒྱ་གིས།

ཁེངས་པ་ཐམས་ཅད་ནམ་པར་སྒྲོལ་མ།

ཞེས་པ་སྟེ། ཡུལ་གང་ལ་ཕུག་འཆ་ལ་ཞེན། ས་ཡི་གཞི་འཛིག་  
 རྟེན་གྱི་ཁམས་སུ་ཕྱོགས་བཞི་མཆམས་བརྒྱད་སྐྱོང་བའི། ཕྱོགས་སྐྱོང་བརྩ་

ལ་སྟོན་པ་འཛིན་པ་རྣམས་ཐམས་ཅད་ཅི་གསུང་སྐབ་པའི་པོ་ཉེར་བྱེད་ཅིང་།  
 འཕྲིན་ལས་སྐབ་པའི་བྲན་དུ་འགྲག་པར་རྒྱས་པའི་མཐུ་སྟོབས་ཀྱི་བདག་ཉིད་  
 ལ། ཞལ་རས་ཁྲོ་གཉེར་རུང་ཟད་གཡོ་བའི་ཐུགས་ཀའི་ཐད་དུ། ཡིག་རྒྱ་  
 ཡིག་གི་ཐུགས་རྗེའི་འོད་ཟེར་གྱིས་འགྲོ་བ་དབུལ་ཞིང་། སྤངས་པ་ཐམས་  
 ཅད་བཟོད་པར་དཀའ་བའི་སྐྱག་བསྐལ་ལས་རྣམ་པར་སྦྱོལ་བ་དང་། ཐར་  
 ལམ་ལ་མུར་དུ་འགོད་པར་མཛད་མ་དེ་ལ་ཡིད་གཉིས་མ་མཆིས་པར་རེ་སྟོས་  
 བྱེད་ན། སྤངས་པ་ཐམས་ཅད་ལས་སྦྱོབ་ངེས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཉིད་ལས།  
 དཔལ་ལྷན་ས་སྦྱང་སྟོགས་རྣམས་དང་། །སྟོགས་བྲལ་མ་ལུས་འགྲག་བྱེད་  
 ལ། །དེ་ཉིད་སྤྱིང་པོ་རབ་གཡོས་པས། །སྤངས་པ་མཐའ་དག་སེལ་མཛད་  
 བསྟོམ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །བརྒྱ་གཉིས་པ་དབུ་བྱེད་ཀྱི་བསྟོད་  
 པ་ནི།

ཕྱག་འཆོལ་རྩ་བའི་དུས་བུས་དབུ་བྱེད།

བརྒྱན་པ་ཐམས་ཅད་ཤིན་དུ་འབར་ལ།

རལ་པའི་ཁྲོད་ན་འོད་དཔག་མེད་ལས།

ཉག་པར་ཤིན་དུ་འོད་རབ་མཛད་ལ།

ཞེས་པ་སྟེ། ཡུལ་གང་ལ་ཕྱག་འཆོལ་ཞེན། ཆོས་པ་གཅིག་གི་  
 རྩ་བའི་དུས་བུས་བྱེད་པ་ཤིན་དུ་མཛོས་ཤིང་། ཟེལ་མདངས་ལྷན་པ་ཞིག་  
 སྦྱོལ་མའི་དབུལ་བརྒྱན་ཅིང་། གཞན་ཡང་སྐྱལ་འཛིན་ཆེན་མོ་ཆོག་སྟེ་ལ་

མ་འགྲན་པའི་རྒྱ་དང་བྲལ་བ་རྒྱན་པ་ཐམས་ཅད་ལས། འོད་ཟེར་གིན་ཏུ་  
 འབར་བའང་འཕྲོ་མ་དེས་འགྲོ་བའི་གདུང་བ་ཀྱན་ལས་འགྲོལ་བར་མཛད།  
 གང་གི་དབུའི་རལ་བའི་ཁྲོད་ན་སངས་རྒྱས་འོད་དཔག་མེད་རིགས་བདག་  
 གི་ཚུལ་དུ་བཞུགས་ཡོད་པས། དུས་དྲག་པར་འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་ནམས་  
 གི་བསོད་ནམས་རྒྱས་པའི་དབུང་གཉིན་གིན་ཏུ་འོད་རབ་འགྲོད་པར་མཛད་  
 པའི་སྒྲོལ་མ་དེ་ལ་གསོལ་བ་བརྟེ་གཅིག་ཏུ་བཏབ་ན། བཀྲ་གིས་པ་དང་དགེ་  
 བ་འཕེལ་སྤྱིར་མགོན་དབུང་མཛད་ངེས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཉིད་ལས། གང་  
 གིས་གསོལ་བཏབ་བཀྲ་གིས་དང་། །དགེ་ལེགས་རྒྱས་མཛད་རྒྱ་ཚེས་བརྒྱན།  
 །འོད་དཔག་མེད་ལས་འོད་འཛགས་པས། །བསོད་ནམས་འོད་དབུང་འབར་  
 མཛད་བསྐྱེད། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །བཙུགས་པ་དྲག་པོའི་བཞུགས་  
 ཚུལ་གྱི་བསྟོད་པ་ནི།

ཕྱག་འཆལ་བསྐྱལ་པ་ཐ་མའི་མེ་ལྟར།།

འབར་བའི་འཕྲེང་བའི་དབུས་ན་གནས་མ།།

གཡས་བརྒྱངས་གཡོན་བསྐྱམས་ཀྱན་ནས་བསྐྱོར་དགའི།།

དགའི་དབུང་ནི་ནམ་པར་འཛོམས་མ།།

ཞེས་པ་སྟེ། ཡུལ་གང་ལ་ཕྱག་འཆལ་ཞེ་ན། བསྐྱལ་པ་དུས་གྱི་ཐ་  
 མའི་མེ་འཛིག་ཚུ་འཛིག་གི་མེ་ལྟར། ཡེ་ཤེས་གྱི་མེ་དབུང་འབར་བའི་དཀྱིལ་  
 འཁོར་གྱི་སྤང་བའི་དབུས་ན་གནས་གིང་བཞུགས་པའི་སྒྲོལ་མའི། ཞབས་



གཡས་བརྒྱུངས་ཤིང་གཡོན་བརྒྱུས་པའི་རྣམས་ཀྱིས་བཞེངས་ཤིང་། ཕྱགས་  
 ཀྱན་ནས་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱར་བ་ལ་དགའ་ཞིང་དང་འདུན་ཟུན་པའི་གདུལ་  
 བྱ་རྣམས་སྒྲིན་པར་བྱེད་ཅིང་། མི་མཐུན་པའི་ཕྱགས་ཀྱི་ཆོགས་དགའི་དབུང་  
 གཉེན་རྣམས་ནི། རྣམ་པར་འཛོམས་པའི་སྒྲོམ་མ་ལ་ཕྱག་འཆལ་བཀྱར་བ་སྟེ་  
 བྱེད་ན། དགེ་བ་ཐམས་ཅད་སྒྲིན་ཞིང་བར་ཆད་སེལ་ངེས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་  
 ཉིད་ལས། སྒྲིན་བྱེད་ཆོག་བྱེད་དཔའ་མོ་ནི། མི་བཟད་མེ་དབུང་དབུས་  
 ན་བཞིད། །བཞེན་བྱེད་སྤང་བྱེད་དགའ་མཛད་ཅིང་། །འཛོམས་བྱེད་དག་  
 གཟུགས་ཅན་དེ་བསྒྲོམ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །བཙུ་བཞི་པ་ཕྱག་  
 དུག་པའི་བསྟོད་པ་ནི།

ཕྱག་འཆལ་ས་གཞིའི་ངོས་ལ་ཕྱག་གི།

མཐིལ་གྱིས་བསྐྱུན་ཅིང་ཞབས་ཀྱིས་བདུང་མ།།

ཁྱོ་གཉེར་ཅན་མཛད་ཡི་གེ་རྒྱ་གིས།།

རིམ་པ་བདུན་པོ་རྣམས་ནི་འགེམས་མ།།

ཞེས་པ་སྟེ། ཡུལ་གང་ལ་ཕྱག་འཆལ་ཞེ་ན། རི་རབ་སྤྱིང་བཞི་  
 དང་ས་གནི་ཆེན་པོའི་ངོས་ལ། སྤྲིགས་མཛུབ་དང་བཅས་པ་གཡོན་པའི་ཕྱག་  
 གི་མཐིལ་གྱིས་དཀྱུ་དུ་བསྐྱུན་ཅིང་། ཞབས་གཉིས་ཀྱིས་བྱོ་བདུང་བར་མཛད་  
 མ། ཞལ་རས་ཁྱོ་གཉེར་ཅན་དུ་བསྐྱུར་བར་མཛད་ཅིང་ཕྱག་གཡས་ན། ཡི་  
 གེ་རྒྱ་གིས་འཛོན་པ་དེ་ལས་འདྲ་ཟེར་འཕྲོས་པས། ས་འོག་རིམ་པ་བདུན་

པོ་རྒྱམས་སུ་གནས་པའི་གདུག་པ་ཅན་དག་ནི་འགེམས་པ་སྟེ། བཙེམ་པའི་  
 སྒྲོལ་མ་ལ་འབྲལ་བ་མེད་པར་གསོལ་བ་འདེབས་ན། དམ་ཚེས་སྒྲུབ་པ་ལ་  
 གནོད་འཚེ་བྱེད་པོ་ས་སྟེང་ལྟ་འདྲེ་དང་། ས་འོག་རིམ་པ་བདུན་ན་གནས་  
 པའི་གདུག་རྩལ་ཅན་རྒྱམས་འགྲུགས་པ་སོགས་བྱེད་དེ། དེ་ཉིད་ལས།  
 འགྲུགས་བྱེད་རྩུན་བྱེད་དྲུང་བྱེད་མ། །ཡིག་མཚོག་འཛིན་རིན་གཉིས་བདུན་  
 འགེམས། །རྩ་མེ་ཉིད་བརྟེན་གྱས་པ་ཡི། །ཞེ་སྒང་དང་བྲལ་ཁོ་བས་སྒྲུབ།  
 །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །ས་འོག་རིམ་པ་བདུན་ནི། གཞི། ལྷག་པའི་  
 གཞི། གཞི་མེད་པ། གཞི་ཉིད། བཙུང་གྱི་གཞི། གཞི་བཟང་པོ། དག་  
 པའི་གཞིའོ། །བཙེམ་པ་སྟེང་མཐའ་ལ་མི་གནས་པའི་བསྟོད་པ་ནི།

ཕྱག་འཆལ་བདེ་མ་དགེ་མ་ནི་མ།།

མྱ་ངན་འདས་ཞི་སྦྱོང་ཡུལ་ཉིད་མ།།

སྤྱ་ཏྲུ་ཨྱི་དང་ཡང་དག་ལྡན་པའི།།

རྟིག་པ་ཆེན་པོ་འཛོམས་པ་ཉིད་མ།།

ཞེས་པ་སྟེ། ཡུལ་གང་ལ་ཕྱག་འཆལ་ཞེ་ན། ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་  
 གྱི་ཐུགས་རྒྱུད་གང་བས་བདེ་བ་དང་ལྡན་མ། སྒང་བྱ་ཉོན་མོངས་པ་དང་  
 བྲལ་བས་དགེ་མ། ཀྱན་འབྱུང་བདེན་པའི་རྩལ་རེག་དང་བྲལ་བས་ནི་མ།  
 སྟོང་ཞིའི་མཐའ་ལ་མི་གནས་པའི་མྱ་ངན་ལས་འདས་པ་མཚོག་དུ་ཞི་བའི་ལམ་  
 ལ། སྦྱོང་ཡུལ་ཅན་ཉིད་དུ་གྱུར་པའི་སྒྲོལ་མ། ཨྱི་ཏྲུ་རེ་དུ་སྒྲུབ་རེ་ཞེས་པའི་

མདུག་ཏུ་སྐྱེ་དང་། འགོ་ལ་མི་ཞེས་པ་དེ་འདྲ་ཡང་དག་པ་ལྟན་པའི་ཞི་  
 བའི་གསང་སྤྲུགས་ཡིག་བཅུ་མ་འདི། བཅོམ་པ་ཙམ་གྱིས་སྤྲུག་པ་དང་སྒྲིབ་  
 པ་ཆེན་པོའི་འབྲས་བུ་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་འཛོམས་པ་མཛད་པའི་བདག་  
 ཉིད་མ་ལ་ཏུག་ཏུ་སྤྲུགས་བརྒྱས་ལྟ་བུ་སྤྲོས་བཅུད་ན། མཐོ་རིམ་ལྟ་མི་དང་  
 མཐར་ཐུག་སངས་རྒྱས་ས་ལ་འགོད་དེས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཉིད་ལས། ལྟ་མོ་  
 བདེ་མས་མཐོ་རིམ་སྒྲིབ། །དགེ་མས་ཐར་པ་སྒྲིབ་པ་སྟེ། །དེ་བཞིན་ཞི་  
 མས་ཇོགས་སངས་རྒྱས། །སྒྲིབ་མཛད་སྤྲུག་འཛོམས་བསྤྲོས་པར་བྱ། །ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །བཅུ་དྲུག་པ་ནི་ཁྲིའི་སྤྲུགས་ཀྱི་སྒྲོན་ནས་བསྟོད་པ་ནི།

ཐུག་འཆལ་ཀུན་ནས་བསྐྱར་རབ་དགའ་བའི།

དགྲ་ཡི་ལུས་ནི་རབ་ཏུ་འགོམས་མ།

ཡི་གེ་བཅུ་པའི་ངག་ནི་བཀོད་པའི།

རིག་པ་རྒྱུ་ལས་སྒྲོལ་མ་ཉིད་མ།

ཞེས་པ་སྟེ། ལུལ་གང་ལ་ཐུག་འཆལ་ཞེ་ན། ལུལ་དུས་ནམ་པ་  
 ཀུན་ཏུ་བཅེ་བས་སེམས་ཅན་ལ་གཟིགས་ནས་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱར་བ་ལ།  
 རབ་ཏུ་དགའ་བའི་གདུལ་བྱ་ནམས་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་ཐུན་པོ་དགྲ་པོ་ཡིས་གཞོད་  
 པ་ལྟག་ལུས་མེད་པར་ནི་རབ་ཏུ་འགོམས་ཤིང་ཆལ་བ་འཐོར་བར་མཛད་མ།  
 ཐུགས་ཀར་རྒྱུ་ཡིག་མཐར་ཞི་བའི་མཆན་སྤྲུགས་གོང་ཞུས་ལྟར། ཡི་གེ་བཅུ་  
 པའི་ངག་སྟེ་སྤྲུགས་ནི་ཐེང་བ་བཞིན་བཀོད་པའི་སྤྲུགས་ཐེང་འོད་ཀྱི་དཀྱིལ་

འཁོར་གསལ་ཕྱི་གཞི་སྒྲིམ་པ་དང་། འདོན་བསྟོན་བྱེད་ན་དངོས་གྲུབ་ཀྱི་ན་  
 རྟེན་པ་ཡིན་ཏེ། རི་རྒྱུད་དུ། ཐུགས་ཀྱི་སྤོང་པོ་རིག་པ་མཆོག་ །ཡི་གེ་  
 བརྩས་བསྐྱར་འདོད་པ་ཡི། །དངོས་གྲུབ་ཀྱི་ན་རྟེན་སྒྲོ་བློས་སྟེལ། །ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །རིག་པ་སྟེ་རིག་སྟེ་གསུངས་རྒྱུ་ལས་ཁྱོ་མོའི་སྟེ་གསུངས་ཡིན་  
 མ་དུ་རེ། ར་མོ་ཏ་རེ། རྒྱུ་ཏ་རེ་སྟེ། ཞེས་པའི་དུག་སྟེ་གསུངས་ཀྱིས་ལོག་  
 འདོན་མ་རུང་པ་རྣམས་ཡེ་མེད་དུ་སྒྲོལ་མ་ཉིད་དུ་མཛད་མ་ལ། གསལ་བ་  
 འདེབས་ཤིང་ཞི་དུག་གི་སྟེ་གསུངས་འདི་རྣམས་འདོན་ན། སྤོང་ཞི་ལས་སྒྲོལ་ཏེ།  
 དེ་ཉིད་ལས། ཡིད་གཞུང་དུ་ན་སྟེ་གསུངས་ཀྱི་ན་མ་བསྐྱར། །མི་ཤེས་དག་  
 དཔུང་རབ་འཛམས་མ། །སྒྲོ་བློས་ཡི་གེ་བརྩ་བཀོད་པས། །རྒྱུ་ལས་སྤོང་  
 ཞིའི་མུན་སྒྲོལ་བསྐྱོམ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །བརྩ་བདུན་པ་ས་པོན་  
 ལས་སྟེ་ལ་པའི་བསྟོན་པ་ནི།

ཐུག་འཆལ་དུ་རེའི་ཞབས་ནི་བདུངས་པའི།

རྒྱུ་གི་རྣམ་པའི་ས་པོན་ཉིད་མ།

རི་རབ་མཐུ་ར་དང་འཕགས་བྱེད།

འཕགས་ཉེན་གསུམ་རྣམས་གཡོ་བ་ཉིད་མ།

ཞེས་པ་སྟེ། ཡུལ་གང་ལ་ཐུག་འཆལ་ཞེ་ན། འདུལ་དཀར་བ་གདུལ་བྱ་  
 འདུལ་བའི་བྱེད། དུ་རེ་ཁྱོ་མོའི་སྟེ་ར་བཞེངས་ནས་འཛོ་སྟེ་ག་ཉམས་ཀྱིས་  
 ཞབས་གཉིས་ནི། སྟོ་འབྲུབ་ཅིང་བདུངས་པའི་ཡི་གེ་རྒྱུ་ཡིག་གི་རྣམ་པའི་ས་

བོན་ཉིད་ལས་སྐྱལ་པའི་ཁྲིམ་གང་གིས། རིའི་རྒྱལ་བོ་རི་རབ་དང་སྤྲོད་གསུམ་  
 གྱི་ཕྱི་རོལ་ན་གནས་པའི་མཁྱ་ར་དང་། དབང་ཕྱུག་ཆེན་པོ་གནས་པའི་རི་  
 བོ་གངས་ཅན་སོགས་ཀྱང་འབེགས་ཤིང་ཕུག་པར་བྱེད་ཅིང་། འདོད་ཁམས།  
 གཟུགས་ཁམས། གཟུགས་མེད་དེ་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་གསུམ་པོ་རྣམས་  
 སུ་གནས་པའི་མཐུ་ཆེན་དེ་དག་ཀྱང་གཡོ་བ་སྟེ། འགྲུལ་བར་ཉིད་དུ་མཛད་  
 པའི་སྒྲོལ་མ་ལ་སྒྲོ་གསུམ་གྱི་དབང་ཆ་ཡོངས་སུ་བཅོལ་ན། ལྷ་འདྲེ་ཕལ་བ་  
 ཞིག་ལ་རེ་བཅོལ་བ་གྱིད་པ་བཞིན་མིན་པ། འཛིག་རྟེན་གསུམ་གྱི་གཡོ་བ་  
 ལས་གྲོལ་རྟེ། དེ་ཉིད་ལས། བདེ་ལྷན་ལྷ་མོ་ཞབས་བཅུ་བས་པས། །འཛིག་  
 རྟེན་གསུམ་གཡོ་འཛིགས་པར་བྱེད། །རྒྱུ་ཡིག་ས་བོན་ལས་སྟེས་མགོན། །རི་  
 རབ་ཀྱན་སྒྲོད་དབང་སྤྱད་བསྟོམ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། འཕྲིན་ལས་  
 གྱི་བདུད་ཅིའི་ཆར་དུ་འཛོལ་འཛིན་པའི་རྒྱ་དང་བྲལ་བ་རྣམས་རིང་  
 དུ་བཞག་སྟེ་ཕུང་དཀྱུག་འདྲེ་ངན་རྒྱལ་བཅན་དང་ཡུལ་ལྷ་སོགས་ལ་རེ་བ་  
 བཅོལ་བའི་གངས་རིའི་ཁྲོད་ཀྱི་སྟེ་བོ་དག་སྟེང་རེ་རྗེ། བཅོལ་བ་རྒྱུད་པ་དུག་  
 ཞི་བའི་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་བསྟོད་པ་ནི།

ཕུག་འཆལ་ལྷ་ཡི་མཆོའི་རྣམ་པའི། །

རི་དྭགས་རྟགས་ཅན་ཕུག་ན་བསྐྱམས་མ། །

དུ་ར་གཉིས་བཛྲོད་ཡུལ་གྱི་ཡི་གེས། །

དུག་རྣམས་མ་ལུས་པར་ནི་སེལ་མ། །

ཞེས་པ་སྟེ། ཡུལ་གང་ལ་ཕྱག་འཆའ་ཞིན། ལྷ་ཡི་རྫིང་བྱ་དལ་  
 གྱི་འབབ་པའི་མཚོ་དང་འབྲ་བ་ཡི་ནམ་པའི་རྒྱ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་ལ། རི་  
 དྲགས་རི་བོང་གི་དྲགས་ཅན་ཏེ་གཟུགས་བརྒྱན་དེ་ཕྱག་ན་བསྐྱམས་པ་དེ་ལས་  
 འོད་ཟེར་ཕྱོགས་ཀྱན་འཕྲོ་བར་མང་དུ་མ། ཏུ་ར་ཞེས་པའི་སྤྲགས་དེ་ལན་  
 གཉིས་ཅམ་བརྗོད་པ་དང་། ཡུ་གྱི་ཡི་གེ་དེའི་སྤྲགས་བརྒྱས་པ་ན་གནས་  
 སྐབས་ཟས་ཀྱི་དྲག་ནམས་འཛུམས་གིང་མཐར་ཐུག་ཉོན་མོངས་པའི་དྲག་ལྷག་  
 མ་མ་ལུས་པར་ནི་སེལ་མ་ལ་རང་གི་སྒྲོག་སུམ་གྱིས་རེ་སྒྲོས་བྱེད་ན། ཟག་  
 མེད་ཀྱི་བདེ་བ་རྒྱས་གིང་དྲག་རིགས་ཀྱན་ལས་ཕྱོལ་ཏེ། དེ་ཉིད་ལས། འཕགས་  
 མ་ལྟེ་ངང་དུ་འཛིན་མ། །ཟག་མེད་བདེ་རྒྱས་དྲག་སེལ་མ། །མཉེས་པར་  
 བྱས་དང་སྤྲགས་སྒྱར་བས། །དྲག་ནམས་ལས་རྒྱལ་བསྐྱོམ་པར་བྱ། །ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར། དྲག་ཀྱན་སེལ་བའི་སྒྲན་མཚོག་རྒྱལ་མོ་གཟི་མདངས་  
 ཆེས་ཆེ་ཞིང་སྒྲིག་མོ་འདི་ནམས་རིང་དུ་དོར། རང་གཞན་གཉིས་འཕྲུང་བཀྱིད་  
 པས་སྒྱུ་དང་བཅན་ལ་སེམས་ཁམས་བཅོལ་རྒྱར་དགའ་དད་ལྷག་པར་འཕེལ་  
 བའི་གངས་ཅན་པ་ནམས་ཅོལ་རྒྱུང་ངོ། །བརྒྱད་ཀྱུ་པ་མི་ལམ་སེལ་བའི་འབྲིན་  
 ལས་ཀྱི་བརྟོད་པ་ནི།

ཕྱག་འཆའ་ལྷ་ཡི་ཚོགས་ནམས་རྒྱལ་པོ།

ལྷ་དང་མིའམ་ཅི་ཡིས་བརྟེན་མ།

ཀྱན་ནས་གོ་ཆ་དགའ་བ་བརྗོད་ཀྱིས།

ཚུད་དང་མི་ལམ་ངན་པ་སེལ་མ།།

ཞེས་པ་སྟེ། ཡུལ་གང་ལ་ཕྱག་འཆའ་ཞེ་ན། གཟུགས་ཅན་དང་  
གཟུགས་མེད་ཀྱི་ལྷ་ཡི་དབྱང་ཚྲིགས་རྣམས་དང་། འཇིག་རྟེན་ལ་དབང་བསྐྱར་  
བྱེད་པའི་རྒྱལ་པོ་རྣམས་དང་། གཞན་ཡང་ལྷ་པལ་བ་རྒྱལ་བཅན་གདུག་  
རྒྱུ་ཅན་རྣམས་དང་། དེ་རྣམས་ཀྱི་དཔོན་མིའམ། ཡང་ན་ཅི་ཡིས་རྒྱལ་  
པོ་ལ་སོགས་པ་ཀུན་གྱིས་ཞབས་པད་ལ་གུས་བཀྲར་བརྟེན་པའི་སྒྲོལ་མ། ཏུས་  
དང་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་འཕྲིན་ལས་ལྷ་མོར་བརྟེན་ནས་སྐྱབས་སྒྲོལ་པ་དང་སྤྲུགས་  
བརྒྱས་པའི་གོ་ཆ་དགའ་བའི་གཟི་བུ་ཤིང་གིས། ལྷ་སྟེགས་ཀྱི་ཚུད་པ་དང་མཆོན་  
མོ་དྲགས་དང་མི་ལམ་ངན་པ་ཐམས་ཅད་སེལ་ཞིང་བཅོམ་པར་མཛད་མ་དེ་  
ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིས་ན། མི་ལམ་དང་ཚུད་པའི་སྤྱག་བསྐྱལ་ལས་སྒྲོལ་ངེས་  
ཏེ། དེ་ཉིད་ལས། ས་གསུམ་དབང་པོས་རབ་མཛོད་ཅིང་། ཀྱུན་ནས་  
དགའ་བསྐྱོད་འབར་བ་ཡིས། ཀུན་ལོ་ལྷས་ན་སྤྱག་བསྐྱལ་སེལ། བཅོམ་  
པར་ཏུས་ཏུག་བསྐྱོམ་པར་བྱ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། མི་ལམ་དང་འཐབ་  
ཚུད་འཛོམས་པའི་ལྷ་ཆེན་འདི་མིག་གི་རྩི་མ་ཁར་བཞག་ནས། ཡན་སེམས་  
ཁབ་ཅེ་ཅམ་མེད་པར་གནོད་སེམས་རི་རབ་ལས་ཆེ་བ་ཞིག་བགྱིས་པའི་དམ་  
སྟེ། མི་ལམ་འཁྲུག་པའི་གཞི་མ། བདེ་བ་གསེག་བགྱིད་པའི་གི་འདྲེ། ལྷ་  
ལྷ་བཅན་སོགས་ལ་ཡིད་ཆེས་མིག་བརྩུམ་བྱེད་པའི་རྩམ་ཟན་པ་ཆོང་རི་མཆར།  
ཉི་ཤུ་པ་ནད་སེལ་བའི་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་བརྟོད་པ་ནི།

ཕུག་འཆལ་ཉི་མ་རྒྱ་བ་རྒྱས་པའི།

སྤྱན་གཉིས་པོ་ལ་འོད་རབ་གསལ་མ།

དྲུ་ར་གཉིས་བཞིན་དྲུ་ཏ་ར་ཡིས།

ཤིན་དྲུ་བྲག་པོའི་རིམས་ནད་སེལ་མ།

ཞེས་པ་སྟེ། ཡུལ་གང་ལ་ཕུག་འཆལ་ཞེན། མཚན་མོ་སེལ་བའི་  
ཉི་མ་དང་མུན་པ་སེལ་བའི་རྒྱ་བ་རྒྱས་པའི་དཔེ་བཞིན་དུ། སྟོལ་མའི་སྤྱན་  
གཡས་གཡོན་གཉིས་པོ་ལ་མཁྱེན་པའི་མིག་ཤེས་ལས་འོད་རབ་དྲུ་གསལ་པོ་  
འཕྲོས་མ། ཞི་ཁྲོའི་སྤྲུགས་དྲུ་ར་གཉིས་ཀྱི་གསུང་བཞིན་པ་དང་། དྲུ་ཏ་ར་  
སྟོགས་སྤྲུགས་བཞིན་པ་ཡིས་ཤིན་དྲུ་བྲག་པོའི་རིམས་ནད་ངན་པ་ཐམས་ཅད་  
སེལ་བར་མཛད་མ་ལ་གསོལ་འདེབས་བགྱིད་ན། སྤྱིབ་པ་དང་བྲལ་ཁིང་སྤྱིད་  
པའི་ནད་ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་ཅད་ལས་གྲོལ་ངེས་ཡིན་ཏེ། དེ་ཉིད་ལས།  
ཡེ་ཤེས་རྩ་མོ་ཡེ་ཤེས་སྤྱན། །རབ་གསལ་བ་སྤྱིབས་དང་མ་བ་སྤྱིབ་གཟིགས།  
།ངན་འགྲོ་དང་ནི་སྤྱིད་པའི་ནད། །ཉོན་མོངས་བཅས་འཛོམས་བསྐྱེམ་པར་  
བྱ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། སྤྱིབ་བྲལ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྤྱན་ལྡན་འདི་འདྲ་བ་  
ནམས་ལ་འཕྲིན་ལས་ཁྱུ་རྩ་པར་ལ་བཞག །རང་ཉིད་གར་འགྲོ་གཏད་སོ་  
མ་མཆིས་པར་མུན་འཕྲོམ་གདོན་འདྲེད་གལ། མིག་སྟོང་བགྱང་ནས་རེ་  
རྩྭས་བྱས་ཀྱང་ལོང་བ་གན་པོས། ལོང་བ་ཁྲིད་པ་ལྟ་བུ་འདི་བཞད་གད་ཤོར་  
བའི་གནས་སོ། ཉེར་གཅིག་པ། རོ་ལངས་འཛོམས་པའི་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་



བཞེད་པ་ནི།

ཕྱག་འཆལ་དེ་ནིད་གསུམ་ནམས་བཀོད་པས། །

ཞི་བའི་མཐུ་དང་ཡང་དག་ལྡན་མ། །

གདོན་དང་རོ་ལངས་གནོད་སྤྱོད་ཆོགས་ནམས། །

འཛེམས་པ་དུ་རེ་རབ་མཆོག་ནིད་མ། །

ཞེས་པ་སྟེ། ཡུལ་གང་ལ་ཕྱག་འཆལ་ཞིན། གདུལ་བྱ་སྐལ་བ་  
ཅན་ནམས་དེ་ཁོ་ན་ནིད་ཀྱི་གོ་འཕང་ལ་འགོད་པའི་འཕྲིན་ལས་ལྟར་མ་ཡིན་  
ཏེ། སྤྱི་གསུང་ཐུགས་ལ་ཨོ་ཨྲ་རྩྱ་གསུམ་གྱི་བཀོད་པས་འོད་ཟེར་འཕྲོས་ཏེ།  
རྒྱལ་ཀྱན་ཞི་བར་བྱ་བའི་མཐུ་སྟོབས་དང་ཡང་དག་པ་ལྡན་པའི་སྦྱོལ་མ། ནམ་  
གཤིག་དོན་ཆེན་བཙུག་དང་། རོ་ལངས་ལས་བྱུང་བའི་ངན་སྤྲུལ་དང་།  
གནོད་སྤྱོད་སྤྱིན་པོ་ལ་སོགས་པ་མི་མཐུན་པའི་ཆོགས་ནམས་ལྷག་མེད་དུ་  
འཛེམས་པ་ཡི། ཡིག་བརྒྱུ་པའི་སྤྲུལ་ཨོ་རྩྱ་རེ་དུ་སྐབ་རེ་སྟེ། ཞེས་སྤྲུལ་  
འདི་བརྒྱས་པ་དང་ལྟ་སྟོན་པ་སོགས་བགྱིད་ན་འཕྲིན་ལས་ལྟར་ཞིང་། གདོན་  
ཀྱན་སེལ་བར་རབ་དང་མཆོག་དུ་གྱུར་པའི་བདག་ནིད་ཅན་སྦྱོལ་མ་ལ་སྐབས་  
སུ་མཆིས་ན། ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་ལ་གནོད་པ་ཐམས་ཅད་འཛེམས་ཏེ།  
དེ་ནིད་ལས། ལྟ་དང་སྤྲུལ་དང་ཏིང་འཛིན་གྱིས། དེ་ནིད་གསུམ་བཀོད་  
མཐུ་ཆེན་མོ། །གནས་གསུམ་གནོད་པའི་ཆོགས་འཛེམས་མ། །ཡིག་གཉིས་  
ལྡན་བརྟོམ་པར་བྱ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །ཐབས་ལ་མཁས་པའི་

འཕྲིན་ལས་ཀྱི་རྩ་ཆེན། ས་བརྩའི་ཡོན་ཏན་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱལ། གདུལ་  
 དཀའ་འདུལ་བའི་ཕྱིར་ཞི་བློ། ལུས་སེམས་གདུང་བ་སེལ་བའི་སྤྲུལ་མཆོག  
 ཞལ་བེལ་ཁྲིམ་བཞུགས་པའི་འཛོལ་སྒྲིག་འདིར། བསྟེན་པ་བཏང་ནས་རྟག་  
 ཏུ་ཡིད་ལ་བྱན་པ་བགྱིད་ན་མཁའ་སྤྱོད་ཞིང་དུ་བྱིད་པར་ཐེ་ཆོམ་མ་མཆིས་  
 ཏེ། དེ་ཉིད་ལས། ཆོག་ཀུན་ལྡན་རྗེས་མཐུན་པའི། །ལྟ་བུ་སྟེན་མཆོད་  
 བཟུངས་གོམས་པ་ཡིས། །དེ་ཉིད་གསུམ་ནི་རྟག་ཏུ་བྱན། །ཡོངས་རྫོགས་  
 མཁའ་སྤྱོད་འགྲུབ་པར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །གསུམ་པ་  
 མདུག་བསྐྱུས་པ་ནི།

རྩ་བའི་སྤྲུགས་ཀྱིས་བསྟོད་པ་འདི་དང་།

ཕུག་འཆོལ་བ་ནི་ཉི་ཤུ་རྩ་གཅིག།

ཞེས་པ་སྟེ། ཞི་བ་དང་ཁྲི་བའི་རྩ་བའི་སྤྲུགས་གཉིས་ཀྱི་བསྟོད་པ་  
 འདི་དང་། རྗེ་བརྩན་སྒྲོལ་མ་ལ་ཕུག་འཆོལ་བ་ནི་ཉི་ཤུ་རྩ་གཅིག་གིས་བསྟོད་  
 པའི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་འདི་ལ་མཆན་བྱ་རགས་ཅམ་བཟོད་བྱིན་པ་ལགས་  
 རོ། ། །མའདིར་རྒྱས་པ།

མི་རྗེ་བཤེས་གཉེན་དམ་པའི་ཞལ་སྒྲོལ་ས་ཐོས་ཆོད།།

མི་བརྗེད་ཐོབ་བྱང་བཀོད་པའི་མཆན་བྱ་ཡི་འབྲུ་འབྲེལ།།

མི་ངའི་སྤྱིང་མོ་འདས་པའི་རེ་སྐྱལ་དེ་རྫོགས་ཏེ།།

མི་མཆོག་རྒྱལ་བའི་ལམ་སྐྱ་གསར་པ་རུ་གྱུར་ཅིག།

མ་ལྟར་བཅེ་བས་གཟིགས་པའི་རྒྱལ་ཀུན་གྱི་ཡུམ་ཆེན།  
 མར་གྱུར་འགྲོ་བ་སྤྱིད་པའི་དུག་མཚོ་ལས་བསྐྱལ་ཏེ།  
 མ་ལུས་བདག་དང་འབྲེལ་ཚད་གང་ཉིད་ཀྱི་ཁིང་ལ།  
 མ་ཁྱོད་ཕྱག་གིས་མངོན་སུམ་བྱིད་པ་རང་གྱུར་ཅིག།

འདིར་འབད་ལས་བྱུང་དགེ་བ་མཆིས་སྤྱིད་ན།  
 ཅན་ཅིང་འདས་པའི་གཙུང་སྤྱིང་གང་དེ་གཉིས།  
 གཉིས་མེད་བྱུང་འདུག་ཆོས་དབྱིངས་གོ་འཕང་མཚོག།  
 མཚོག་གསུམ་བདེ་སྟོན་སྟོབས་ཀྱིས་རེག་གྱུར་ཅིག།

ཅེས་སྟོལ་མཆན་འདི་གིང་མའི་ཞལ་སྟོབས་བརྩན་མ་ལྟར་དང་ངོས་ཀྱི་ཕྱག་མཛོད་དམ་  
 པ་འཛོམས་དབྱངས་སྟོ་མོ་དབུས་དོན་གཉིར་ཅན་དུ་མས་ནན་དུ་བསྐྱལ་ཡང་འདྲ་འཛིའི་བྲེལ་བས་  
 རིང་དུ་ལུས་ཤིང་། གྱི་ལོ་༡༩༩༥ ལོ་ད་རྒྱ་མ་ནང་ཆེ་བྱུང་མ་ནས་བྱུང་སྤྱིང་མེད་པའི་དྲིན་ཆེ་  
 ཕྱག་མཛོད་དམ་པ་དུས་མེན་སྟོ་བྱུར་སྤྱི་མའི་ལམ་ལ་ཤོར་ཁིང་ཁིང་གིས་རིང་མོ་ནས་སྐྱལ་བའི་སྟོལ་  
 འབྲེལ་འདི་འབྲི་སྟེལ་ཞིག་བཅུན་རྒྱལ་བ་དབྲེས་པའི་མཚོ་ད་སྤྱིན་གང་ཉིད་ལ་སྤྱིན་པའི་བྱིར་དུ། གྱུར་  
 རི་ཀླུ་བསྟན་འཛིན་ཀུན་དག་འཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆན་དུ་འཕོད་པའི་རྒྱལ་ཁམས་འབྲིས་པོ་ཞིག་གིས་  
 བསྟན་བཅོས་ནང་གསལ་གྱི་གཞུང་ལ་ཞིབ་དཔྱད་དང་བཅས། གྱི་ལོ་༡༩༩༩ ལོ་མོ་སྟག་གི་ལོ་  
 རང་ལོ་སོ་བཞི་སོན་པའི་སྟོན་རྒྱ་བའི་ཆོས་༡༥ མཚོ་ད་རྟེན་བྱ་རུང་ཁ་ཤོར་ཉེ་འབྲམ་རམ་མི་ཉིར་  
 རང་གསུམ་རིག་ཁྲིང་ཁང་དུ་སྐྱག་ལས་བཅུས་སོ།། ཞལ་གྱོ། མཆོ་ལམ།

## ༡༡། སྒྲོལ་བསྟོད་ལྷ་མོ་ལ་གུས་མཆན་བྲ།

རྗེ་བཙུན་ཡིད་བཞིན་ཞོར་བྲ་འདོད་འཛོལ་སྒྲིག་མོ་ལ་ཐུག་འཆའ་ཞིང་  
 སྒྲུབས་སུ་མཆོདོ། བཙུ་བ་ཆེན་པོས་རྗེས་སུ་གཟུང་དུ་གསོལ། དུས་གསུམ་  
 རྒྱལ་བའི་འཕྲིན་ལས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱུས་པའི་ལྷ་མོ་སྒྲོལ་མ་ལ། བདག་གིས་  
 སྒྲོག་སུམ་གུས་བཀྱར་ཡང་དག་པར་ལྷན་པའི་སྒྲོ་གྲོས་དང་ལྷན་པ་གང་གིས།  
 རབ་ཏུ་དང་བའི་བསྟོད་བསྐྱེད་བཞེད་པ་དེས་འབྱུང་བའི་གཞོད་པ་འགོག་  
 པའི་ཐུར་དུ། མཆན་མོའི་དུས་ལ་དུམ་བུ་ལྷ་བྱས་པའི་དུམ་བུ་དང་པོ་སྟོད་  
 ལ། སྒྲོལ་མ་ཁྲོ་མོའི་སྒྲོ་སྒྲིམ་པ་དང་། དག་སྐྱེས་བགངས་པར་བྱེད་ཅིང་།  
 རྩོམ་པ་མཆན་ལང་ཁ་མལ་ལས་ལངས་པར་བྱས་ནས་ཞི་བའི་སྒྲུ་ལྷ་རེ་གསལ་  
 བ་བྲ།

ཡི་ཏཱ་ལའི་སྐྱེས་ཞི་བའི་སྐྱེས་འདི་ཆོག་དོན་དམ་བཞིན་པས་འདོན།  
 དེ་ལྟར་འཕགས་མ་ཡིད་བཞིན་ཞོར་བྲ་ལ་སྒྲོལ་གས་སྒྲེས་སུ་འབྱུལ་ནས་གསོལ་  
 བ་བཏབ་ན། མི་འཛིགས་པའི་ཡོན་ཏན་ལྷན་སུམ་ཆོགས་པ་ཐམས་ཅད་རབ་  
 ཏུ་སྟེར་ཞིང་། དགོས་འདོད་ཐམས་ཅད་ཆར་དུ་འཛོལ་བར་མཛད་དོ། །ལས་  
 ཅོན་དབང་གིས་བསྐྱེས་པའི་སྤྲིག་པ་ནད་ཡམས་ལྷ་གེ་སྐྱེས་སྐྱལ་བ་ངན་པ་  
 ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་ཞི་བ་དང་། དཔྱལ་བ་ཡི་དུགས་དུད་འགྲོ་སྟེ་ངན་འགྲོར་

གྲུས་པའི་ལས་ཐམས་ཅད་མིང་ཅམ་མེད་པར་འཛོམས་པ་ཉིད་བྱེད་རྟོ།།  
 གཞན་ཡང་སྒྲོལ་མའི་ལྷ་ཚོགས་རྒྱལ་བ་སངས་རྒྱས་སྤང་བ་ཅས་པ་བྱེ་  
 བ་ཕྱག་བདུན་རྣམས་ཀྱིས་ཞལ་རས་ལྷུར་ཏུ་སྒྲིན་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་འདྲའི་  
 སྒྲོལ་མའི་ལྷ་ཚོགས་རྣམས་ཀྱི་ཐུགས་ཀ་ནས་རང་གི་གནས་གསུམ་ལ་འོད་ཟེར་  
 འཕྲོས་ཏེ། མི་འཇིགས་པའི་དབང་ནི་བསྐྱར་བར་འགྱུར་ལ། ད་དྲུང་འདི་  
 ལས་ཆེས་ཆེ་བ་ས་བརྩ་དང་ཕར་ཕྱིན་དུག་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་ཉིད་ནི་ཐོབ་  
 ཅིང་། ཆོས་གཟུགས་གཉིས་ཀྱི་སྐྱེ་མའོན་དུ་མཛད་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་  
 འཕང་མཐར་ཐུག་དེར་འགྲོ་བར་འགྱུར་རོ། །དེ་འདྲའི་གནས་སྐབས་སྟོག་  
 འཕྲོག་པ་ཡི་དུག་རིགས་རྣམས་ནི། དུག་དྲག་པོས་སྤྱག་བསྐྱལ་ཆ་བས་ཆེན་  
 པོ་བསྐྱེད་པའི་རིགས་དེར་རྟེན་པ་དང་གནས་པ་འཕྲ། གཞན་ཡང་ཡུལ་གཞན་  
 དུ་འགྲོ་བ་རྣམས་ཀྱིས་ཐོས་པ་དང་ནི་འཕྲུངས་པ་ན་གནོད་པར་གྱུར་བ་ཉིད་  
 ཀྱང་། རྗེ་བརྩན་སྒྲོལ་མའི་ཡོན་ཏན་དྲན་པས་རབ་ཏུ་སེལ་ཞིང་བདུད་ཅིར་  
 འགྱུར་རོ། །

ལྷ་མོ་གང་གི་འཕྲོན་ལས་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ཀུན་ལས་སྒྲོལ་ཞིང་དགེ་  
 བ་གོང་འཕེལ་དང་། ལུས་སེམས་བདེ་བ་ཉིད་འཛོམ་པར་སྒྲོས་མ་དགོས་སོ།  
 །སྤྱོད་གདོན་གཟུལ་དང་། འོག་གདོན་གྱ། བར་གདོན་བཅོན་གྱི་གནོད་  
 པ་རིམས་ནད་དང་། གཞན་ཡང་དུག་གིས་གཟིར་བའི་སྤྱག་བསྐྱལ་ཚོགས་  
 ཀྱིས་མནར་ཞིང་གདུང་བ་རྣམས་ནི། རྣམ་པར་ཀུན་ཏུ་མི་འཕྲུང་བར་སྤོང་

རྟེ། འགན་བལ་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་ལྷ་མོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སེམས་ཅན་གཞན་  
 པ་རྗེ་བཙུན་སྒྲོལ་མ་ལ་དད་འདུན་མེད་པ་རྣམས་ལ་ཡང་བརྟེ་བའི་གཟིགས་  
 པ་ཆེན་པོ་གནང་ངོ། ། གང་ཉིད་ཡིད་ལ་བྱན་ཞིང་མཚན་སྤྲུགས་ལན་གཉིས་  
 སམ་གསུམ་མམ་བདུན་དུ་མངོན་པ་བཅོད་ཅིང་བགྲངས་ན། སྒྱུ་པོ་བུ་སོགས་  
 རིགས་བརྒྱད་འདོད་པ་རྣམས་ཇི་ལྟར་འདོད་པ་དེ་བཞིན་དངོས་གྲུབ་དང་།  
 རབ་དུ་བྱུང་བ་རྣམས་ལ་ནི་ཆོས་ཀྱི་བུ་སྒྲོལ་མང་པོ་འཛོལ་པར་འགྱུར་ཞིང་།  
 རྟོར་ལོངས་སྒྱུད་འདོད་པས་གང་ཟག་ལ་ནི་རྟོར་རྣམས་ཉིད་མི་ཟད་པའི་གཏེར་  
 ཆེན་པོ་འཛོལ་པར་འགྱུར། གཞན་ཡང་གང་ཟག་སོ་སོའི་འདོད་པ་ཅི་ཡོད་  
 ཐམས་ཅད་རང་གི་འདུན་པ་བཞིན་དུ་འཛོལ་པར་འགྱུར་ལ། གདོན་བཞེག་  
 རྣམས་མེད་ཅིང་བར་ཆད་ཐམས་ཅད་སོ་སོར་འཛོལས་པར་འགྱུར་བ་ལ་ཡིད་  
 གཉིས་ཐེ་ཆོས་མ་མཆིས་པས་གསོལ་བ་བཏབ་པར་བྱའོ། །

སྒྲོལ་བཙོད་ལྷ་མོ་ལ་གསུམ་མཚན་འདི་བྱ་རུང་ཁ་ཤོར་ཉི་འགྲམ་དུ་རང་པོ་སོ་བཞིར་སོན་  
 པའི་ས་པོ་རྣལ་གྱི་པོ་སྒྲིན་རྩ་པའི་ཆོས་ཀྱི་ ལ་གྱུང་རི་ཀམ་སྟེང་བ་འཛིན་པའི་སྤང་པོ་ཞིག་གིས་སྤྲུག་  
 བྱས་སོ། །

༡༡། །འཛིགས་སྐྱོབ་ལོ་རྒྱུས་གསེར་གྱི་ཕྱང་བ།

ཐུབ་དབང་རིང་ལུགས་གཅེས་པར་འཛིན་པའི་དཔལ།

མང་ཐོས་འདུས་སྡེ་བཤེས་གྱི་སྒྲིང་མའི་འཆལ།

འཕྲིན་ལས་བདུད་ཅིའི་འོད་རླབས་རབ་འཕྲོ་བའི།

དྲུ་ར་ལྷག་པའི་ལྷ་མཆོག་བདག་ཉིད་སྦྱངས།

བཅོམ་ལྷན་རྒྱའི་བརྟན་ལ་སྤྱད་ཞུས་པའི།

རྒྱལ་སྐས་ཕྱ་ལྷུ་ཡེ་ཤེས་རྒྱ་བའི་འོད།

རྒྱ་མཆོའི་གོས་ཅན་འདི་རུ་ཡོངས་ཁྱབ་ཀྱང་།

རང་སྒོའི་དད་པས་ཁྱུ་ཐིགས་ཅམ་འདི་དགྲོལ།

ཞེས་བསྟོད་ཆོག་གིས་མེ་ཏོག་རྩུང་ཟད་གཏོར་ཏེ་གང་སྤྱང་བར་བྱ་  
བཞི། རྗེ་བཙུན་སྦྱོལ་མའི་ལོ་རྒྱུས་དང་སྦྱར་ནས་འཛིགས་པ་བརྒྱད་ལས་  
བསྐྱབས་པའི་ཚུལ་རྣམས་རིམ་བཞིན་དགྲོལ་བ་ན། རྗེན་བསྐྱལ་པ་དཔག་  
ཏུ་མེད་པའི་དུས་ཤིག་ལ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པར་སྦྱོའི་བརྟན་པ་ལ་ཤིན་ཏུ་གས་  
པའི་རྒྱལ་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེའི། བྱ་མ་ཡེ་ཤེས་རྒྱ་བ་ཞེས་པ་ཆོས་དད་ཆེ་བའི་

མངོས་པས་ཀུན་ཡིད་འཕྲོག་པ་གཅིག་བྱང་། དེས་རྩ་སྒྲིའི་འཁོར་ཆོགས་  
 ཉན་རང་བྱང་སེམས་དང་བཅས་པའི་དགེ་འདུན་རྣམས་ལ་མཆོད་པའི་དངོས་  
 པོ་འཛིག་ཏེན་གྱི་ཁམས་དང་མཉམ་པ་བཀའ་སྟེ་ཕུལ་བས། དགེ་སྦྱང་རྣམས་  
 གྱིས་ཁྱོད་བརྟན་པ་ལ་བྱ་བ་བྱེད་པའི་སྒྲུང་དུ། སྟོན་ལམ་བཏབ་ན་འགྲུབ་  
 པར་འགྱུར་རེ་ཞེས་ཡང་ཡང་བསྐྱུལ། བུ་མོ་ཡི་ཤེས་རྒྱ་བས། འདི་སྐད་  
 གསུངས།

འདི་ན་སྟེས་པ་མེད་ཅིང་བྱད་མེད་མེད། །

བདག་མེད་གང་ཟག་མེད་ཅིང་རྣམ་རིག་མེད། །

པོ་མོར་བཏགས་པ་འདི་ནི་ཡ་མ་བརྒྱ། །

འཛིག་ཏེན་སྦྱོང་ན་རྣམ་པར་འབྱུལ་བར་གྱུར། །ཅེས་གསུངས་ནས།  
 སྟེས་པའི་ཏེན་ལ་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་གོ་འཕང་བརྟེན་མཁན་  
 ཆེས་མང་ཞིང་། བྱད་མེད་གྱི་ཏེན་ལ་འགྲོ་བའི་དོན་བགྱིད་པོ་མེད་པ་དེ་ལྟ་  
 བས་ན། བདག་གིས་འཁོར་བ་མ་སྦྱངས་གྱི་བར་དུ་བྱད་མེད་གྱི་ཏེན་ལ་འགྲོ་  
 བའི་དོན་བྱའོ་ཞེས་དམ་བཅས་སོ། ། དེ་ནས་རང་གི་ཡབ་རྒྱལ་པོའི་པོ་བྱང་  
 དུ་བྱོན་ཏེ་ཉིང་རེ་འཛིན་བསྟོམས་པས། འདྲུ་འཛིང་སྟོན་ལམ་རྣམས་རིམ་  
 གྱིས་སྦྱང་པས་མི་སྟེས་པའི་ཆོས་ལ་བཟོད་པ་ཐོབ། སེམས་ཅན་བྱེ་བ་དུ་མ་  
 རྒྱག་བསྐལ་ལས་བསྐྱལ་བ་སོགས་གསང་བ་བསམ་གྱིས་མི་བྲུབ་པའི་མངོན་  
 པ་བཟོད་གྱིས་མི་ཡང་། སངས་རྒྱས་རྩ་སྒྲི་རྒྱལ་པོས་བུ་མོ་ཡི་ཤེས་རྒྱ་བ་བྱང་



ཁུབ་མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ་ལྷོ་མོ་སྒྲོལ་མ་ཞེས་མཚན་ཐོགས་པར་ལུང་བསྟན། དེ་  
བཞིན་གཤེགས་པ་དོན་ཡོད་གྲུབ་པའི་བྱང་ནས་སེམས་ཅན་གྱི་ཉེ་བར་འཆོ་  
བ་ཀྱན་ལས་སྒྲོབ་པར་དམ་བཅས། འགྲོ་བ་འབྱུང་ཕྱག་མང་པོ་བསམ་གཏན་  
གྱི་ས་ལ་བཀོད་པས་སྒྲོལ་མ། ལྷུང་མ། དཔལ་མོ་བཅས་མཚན་ཐོགས་པ་  
གྲགས།

ཡང་བསྐལ་བ་ཐོགས་པ་མེད་པ་ཞེས་པའི་དུས་སུ། དགེ་སྦྱོང་རྩ་  
མ་མེད་པའི་འོད་གྱི་སྒྲུང་བ་ཞེས་པ་དེས་འགྲོ་དོན་དཔག་མེད་མཛད་པས། དེ་  
ལ་སྤྱན་རས་གཟིགས། འཛིག་རྟེན་མགོན་པོ། བད་དཀར་འཛིན་པ་ཞེས་  
སོགས་མཚན་དང་སྟན་པ་གྲགས་པ་ཐོབ་པའི་བྱང་ཁུབ་སེམས་དཔལ་དེས།  
སེམས་ཅན་བགྱང་དུ་མེད་པ་ངན་སོང་ལས་འདྲེན་ནས་སྤར་ཡང་། རི་པོ་  
པོ་དུ་ཡར་ཐོབས་ནས་གཟིགས་པའི་ཆོ། ལྷུང་བྱངས་པ་ལས་ཀྱང་ཆེས་མང་  
བཞིག་ངན་སོང་ལ་འགྲོ་བ་གཟིགས་པས། སྤྱིང་རྩེ་བོ་དེ་དུ་མེད་པ་ཞིག་  
སྤྱོས་པས་སྤྱན་ཆབ་ལྷུང་བ་ལས་སྒྲོལ་མ་འབྱུངས་ནས། ངས་ཁྱོད་ལ་བསྟན་  
འགྲོའི་དཔུང་གཉེན་བྱེད་དོ། ། ཞེས་ལུང་བསྟན་མཛད་ཚུལ་གྱི་ཁྱེད་ཀྱི་  
ཡང་བསྐལ་བ་ཨ་སྐྱེ་ཞེས་པའི་དུས་སུ། ཐུགས་བརྩེའི་དེ་བཞིན་གཤེགས་  
པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་དབང་བསྐྱར་བས། སངས་རྒྱུ་བྱང་སེམས་དཔག་མེད་  
སྤྱོས་པའི་ཡུམ་ཆེན་མོ་ཉིད་དུ་གྱུར། སྤྱིང་སྒྲོལ་མའི་ཆོས་སྐྱོར་མང་པོ་སྤྱོན་  
ཐོན་བདེ་གཤེགས་ནམས་ཀྱིས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་ཡོད་ཅིང་། ཅོད་པའི་དུས་

འདིར་འོ་སྒྲོལ་གྱི་སྒྲོན་པ་ས་རྒྱུད་སྡེ་མང་པོ་གསུངས་ཡོད་དེ། མཁའ་འགྲོའི་  
གསང་པའི་ཐོག་ལེ་ལས། །གྲུ་འཛིན་རིམ་ཅེ་མོར་ནི། །ལྷ་མོ་སྒྲོལ་གསུངས་  
པའི་རྒྱུད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །དེ་ཞི་འཇམ་བུ་གླིང་འདིར་སྒྲོལ་  
མའི་རྒྱུད་བྱུང་པའི་ཚུལ་དང་། འཛིགས་པ་ལས་སྒྲོབ་ཚུལ་རུང་བ་དང་ཅིག་  
ཞུན། རྒྱལ་བ་ཐུང་ན་ལས་འདས་ནས་ལོ་སྤྱི་བ་རྒྱལ་མོང་པའི། བཀའ་  
བསྟུན་སྤྱི་མཐུན་པའི་རྗེས་སུ་ཐོག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ་སྡེ་ལས་ཆེ་བ་རྒྱ་གར་གྱི་ཡུལ་  
ཐང་དང་པ་རྒྱལ་ས་སུ་འཁོར། དུས་དེའི་ཆེ་སྤྱི་གས་ཀྱི་ཐོག་པ་འདི་ཐོས་ཆད་  
ལ། དངོས་གྲུབ་མཐོབ་པ་གཅིག་ཀྱང་མེད་པ་ལྟ་བུ་བྱུང་། དཔེར་ན། རྒྱལ་  
པོ་དེ་ཅེ་ཅེ་དུ་འཁོར་སྤོང་དང་བཅས་པའི་བྱུང་འདུག་གི་གོ་འཕང་བརྟེན་  
པ་དང་། ཤར་རྒྱལ་པོ་ལྷ་མོ་ལྷུང་ཞེས་པ་འཁོར་སྤོང་ལྷག་དང་བཅས་རིག་  
པ་འཛིན་པའི་གནས་ཐོབ་པ་སོགས་ཆེས་མང་ཡང་མ་བཞུགས་དོ། །འདིར་  
སྒྲོལ་མས་འཕྲིན་ལས་མཛད་ཚུལ་མཆོན་ཅིས་འགྲེལ་ན།

༡༥ སྒྲོལ་འཛིགས་པ་ལས་སྒྲོབ་ཚུལ་ནི། མི་ཞིག་གིང་འཕུ་པའི་ཆེད་  
དུ་ནགས་ཀྱི་གསེབ་དུ་ཆས་པའི་ཆོ། སྒྲོལ་མི་ཞིག་དང་འཕྲད་པ་དེས་ཁ་ནང་  
ཟེན་ཏེ་ཆང་གི་ཉི་འགམ་དུ་ཁུར་བས་སྒྲག་པ་ཆེན་པོས། སྒྲོལ་མར་གསོལ་  
བ་བཟབ་པ་ན་བྱུང་མེད་གིང་ལོའི་གོས་གྲོན་པ་ཞིག་བྱུང་ནས་མི་དེ་སྒྲོལ་ཁ་  
ལས་བྲངས་ཏེ། ཡུལ་དེའི་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་ཆོང་རྒྱུ་དུས་སུ་བཞག་པས་འཛིགས་  
པའི་གདུང་བ་སེལ། སྒྲོབ་དཔོན་ཉི་མ་སྤྱི་བས། ལམ་མཆོན་མི་ཤེས་པའི་

མགོན་པོ་ཞིག་རང་ཡུལ་མ་སྐྱབས་དབང། རི་དྲགས་རྒྱལ་པོས་བདས་པའི་  
འཛིགས་པ་ལས་བསྐྱབས་པའི་ཚུལ་གསུངས་པའང་སྤང་།

༡༥ རྒྱང་པོའི་འཛིགས་པ་ལས་སྐྱབ་ཚུལ་ནི། བུ་མོ་རང་ལོ་བཅུ་གཉིས་  
སོན་པ་ཞིག་ནགས་ཀྱི་གསེབ་དུ་མེ་ཏོག་འབྲུ་བར་བསྐྱོད་པའི་ཆོ། རྒྱང་ཆེན་  
གདུམ་པོ་ཞིག་དང་འཕྲད་པས་སྒྲ་ཤལ་གྱིས་བུ་མོར་བཅིངས་ནས། མཆེ་  
བས་བསྐྱུན་གྲབས་བྱས་པས། ཁོ་མོས་སྐྱོལ་མའི་མཚན་སྲགས་བགྱང་པ་  
ཅམ་ནས་རྒྱང་ཆེན་དབང་དུ་གྱུར་ཏེ་སྒྲ་ཤལ་གྱིས་ཕྱག་བྱེད་པར་གསུངས། ཉི་  
མ་སྐྱས་པས། དོན་གཉེར་ཅན་གྱི་མགོན་པོ་ཞིག་རྒྱང་ཆེའི་གནོད་པ་ལས་  
བསྐྱབས་པའི་ཚུལ་གསུངས་པའང་སྤང་།

༡༦ མེའི་འཛིགས་པ་ལས་སྐྱབ་ཚུལ་ནི། བྱིས་ཚང་གཉིས་ཡན་ཚུན་ག་  
འཁོན་བྱང་ནས་མི་རིང་པའི་མཚན་མོ་ཞིག་ལ། དགྲ་པོས་ཁང་པར་མེ་བརྒྱབ་  
པས་བྱོས་གྲབས་བྱེད་ཀྱང་མེ་ལས་མ་ཐར་བའི་དཀའ་ངལ་འཕྲད་ཆོ། བྱིས་  
མི་ནམས་ཀྱིས་ཏཱ་ར་ཞེས་མཚན་ནས་འཕོད་པའི་མུར། དེའི་ཁང་པའི་སྤྱང་  
གི་ཐད་དུ་ཆར་སྒྲིན་སྒྲོན་པོ་འབྲིགས་ཏེ། རྒྱང་ཆར་སྤྱང་སྤྱང་བབས་པས་  
མེའི་འཛིགས་པ་ལས་བསྐྱལ་བར་གྲགས། ཉི་མ་སྐྱས་པས། མི་ཆེ་ཟད་ཅིག་  
གིས་ཤིང་སྐམ་ཞིག་ལ་སྒྱུ་རྒྱལ་བཞག་པ་དང་། ལོག་རྩའི་རྒྱལ་པོས་གནོད་  
པ་བཏང་ཚུལ་གསུངས་པའང་སྤང་།

༡༧ དུག་སྐུལ་གྱི་འཛིགས་པ་ལས་སྐྱབ་ཚུལ་ནི། གཉིས་སྤྱོར་ལན་གཅིག་

བྱས་པར་མཁུ་ཞིག་གི་དོ་ཤལ་ལྟ་བུ་སྤྱིན་པའི་ཆོང་དཔོན་ཞིག་གི་ཁྱིམ་དུ། རྒྱ་  
འཆོང་མ་གཅིག་མཚན་མོར་འགྲོ་བའི་ལམ་ཁ་རུ། ཤིང་གི་རི་ཤ་ཟེར་བ་ཞིག་  
གི་ཡལ་ག་ལ་འདུས་པ་དང་། ཤིང་དེར་འབྲིལ་བའི་སྐྱལ་གྱིས་ཁོ་མོའི་ལུས་  
ལ་འབྲིལ་བའི་ཆེ། མོས་སྒྲོལ་མ་ཡིད་ལ་དུན་པ་ཅམ་ནས་སྐྱལ་དེ་མེ་ཏོག་  
གི་ཕྱང་བར་གྱུར་ཏེ། ཞག་བདུན་གྱི་བར་དུ་ལུས་ལ་གནས་པའི་རྡོ་མ་སྤྱལ་  
དེ་ཆུ་བོ་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་ནང་དུ་ཕྱིར་ཐོན་པར་གྲགས། ཉི་མ་སྤྲས་པས། ལང་  
ཆོ་མཛེས་པའི་གཞིན་ནུ་མ་ཞིག་ནགས་ཆལ་དུ་ཆས་པས། དུག་སྐྱལ་ཁ་རྒྱང་ས་  
གྱིས་གནོད་ཚུལ་གསུངས་པའང་སྤང་།

༥༥ ཆོམ་ཀུན་གྱི་འཛིགས་པ་ལས་སྒྲོལ་ཚུལ་ནི། བྱང་ཐང་ཞིག་ན་ཆོམ་  
ཀུན་སྒྲོང་ཕྱག་དུ་མས། ལམ་དེར་ཡོང་ཆེ་བས་ད་ཅིང་བཅོམ་པའི་ས་དེར།  
མིའི་ག་ཁྲག་རུས་པའི་ཕྱོགས་གང་ལ་བརྩས་ན་སྤྱིན་པོ་ཡུལ་དུ་གྱུར་བ་ཞིན་  
པའི་མུར། ལུང་ར་ཐ་ཞེས་པའི་ཡུལ་གྱི་ནང་ཆན། ཅུ་རུ་གག་ད་ཞེས་པའི་  
གྲོང་སྡེ་དེའི་ནང་དུ་ཆོང་དཔོན་གཅིག་གིས་ཁྱུ་མཆོག་ལྟ་བུ་ཅམ་ལ་ཁལ་  
བཀལ་ནས་ཆས་པས། ཡུལ་དེར་སླེབས་པ་དང་ཆོམ་ཀུན་ནམས་འབྲད་ཆེ་  
འཛིགས་སྒྲག་ཆེན་པོས་སྒྲོལ་མར་གསོལ་བ་བཏབ་པས། སྒྲོལ་མའི་སྐྱལ་  
བ་དཔའ་བོ་གོ་མཆོན་ཐོགས་པ་དུ་མ་བྱུང་སྟེ། ཀུན་མ་ནམས་རྒྱང་རིང་དུ་  
བརྒྱད་པ་དང་ཆོང་དཔོན་སྤར་རང་ཡུལ་སླེབས་པར་གྲགས། ཉི་མ་སྤྲས་  
པས། ཆོང་དཔོན་ནོར་ལྡན་བཤུལ་རིང་ལམ་ལ་སྤྱིན་པའི་ཆོམ་ཀུན་གྱིས་

གཞིན་པ་བཏང་བར། ལྷ་མོ་སྒྲོལ་མས་བདེ་སར་བསྐྱལ་ཚུལ་གསུངས་པ་འདྲ་  
སྣང་།

༥༥ བཅོམ་ར་ལས་སྒྲོབ་ཚུལ་ནི། ཀུན་མ་གཅིག་ཀྱལ་པོ་ཞིག་གི་མཛོད་  
ཁང་ནང་དུ་འཕྱལ་ནས། ཆང་གི་རྩ་མའི་ནང་ལ་ཆང་ཡོད་ཆོད་འཕུངས་པས་  
སྒྲོལ་ཏེ་གཉིད་ལོག་པར་གཤམ་མི་ནམས་ཀྱིས་མཛོད་འཕལ་དུ་བཟུང་ནས།  
བཅོམ་ཁང་དུ་བཅུག་སྟེ་བཅིངས་བརྟུངས་བཞོད་པར་དཀའ་བ་ཞིག་མྱོང་བའི་  
ཆོ། སྒྲོལ་མར་གསོལ་བ་བཏབ་པས་སྒྲོལ་མས་བྱ་ཁ་དོག་སྒྲ་ལྡེ་ཡོད་པ་གཅིག་  
སྐུལ་ནས་བྱུང་བས་བཅིངས་ཐག་བཀྲོལ། བཅོམ་སྒྲིམ་བས་ཀུན་མ་བཅོམ་  
ལས་ཕྱིར་ཕྱད། ཀུན་མ་མི་ལམ་ནང་ལ་བུད་མེད་ཅིག་བྱུང་སྟེ་ཁྱོད་པ་འདྲིན་  
བཞུགས། ཀུན་སྤོངས་ཤིག་གསུངས་པས་ཀུན་མ་ལྡེ་བཟུ་པོས་ཀུན་སྤངས་  
པར་གྲགས། ཉི་མ་སྤུས་པས། དེ་དང་འབྲ་བ་གསུངས་པ་སྣང་།

༥༦ རྒྱུ་འཛིགས་པ་ལས་སྒྲོབ་ཚུལ་ནི། རྒྱ་གར་རྩྭ་ཕྱོགས་ཀྱི་ཆོང་པ་  
ལྡེ་བཟུ་བྱ་པོ་ཆེ་གསུམ་གྱི་ནང་དུ་ཞུགས་ཏེ་རྒྱ་མཛོད་ནང་དུ་ཆས་པས། རིན་  
པོ་ཆེའི་མྱིང་ཞིག་ལ་སྒྲེབས་པ་དང་། བྱ་གཅིག་རིན་ཆེན་གྱིས་བཀའ་ནས་  
སོང་བ་ན། ཅན་དན་གྱི་མྱིང་ཕམ་ཞིག་ཏུ་འགྲོར་བས་བྱ་གཉིས་ཅན་དན་  
གྱིས་བཀའ་སྟེ། ཕྱིར་རང་ཡུལ་དུ་འོང་བར་རྒྱལ་མཛོད་ཅོར་བདག་ཁྱོས་  
ནས་ཐུ་རྒྱུ་བས་ཀྱིས་ཐག་རིང་མོར་བྱེད། བཞོང་བྲག་པོ་འབྲུག་པ་ཞིག་ལ་  
ཆེས་ཉེ་བར་སྒྲེབས་འཕལ་བཞོད་པར་དཀའ་བའི་འཛིགས་སྒྲག་གིས་གདུང་

བ་སྦྱེས་ནས། ཚངས་པ། བྱལ་འདུག་དབང་ཕྱུག་བཅས་ལ་གསོལ་བ་  
 བཏབ་ཀྱང་མ་ཡན། བྱའི་ཐག་པ་ཆད་ནས་རིན་ཆེན་རྣམས་སྟོར། བྱ་ཡང་  
 རྒྱ་མཚོའི་ནང་དུ་རྒྱབ་གྲབས་བྱེད་པ་དང་ནང་པའི་དགེ་བསྟེན་གཅིག་ཡོད་  
 པ་དེས། སྟོལ་མར་གསོལ་བ་བཏབ་པས་སྟོལ་མའི་བྱིན་མཐུས་བྱ་མ་འཁོར་  
 བ་ཅམ་དུ་འཛམ་བུའི་གླིང་ལ་སྦྱེབས། སྟར་གྱི་རིན་ཆེན་རྣམས་ཀྱང་རྒྱང་  
 གིས་བདས་ཏེ་ལག་དུ་སྟོན་པར་གྲགས། ཉི་མ་སྤུས་པས། སྟོབ་དཔོན་ཅན་  
 ཏེ་གོ་མི་ཡུལ་གྱི་རྒྱལ་པོའི་ཐ་གུས་བཅིངས་ནས། གརྱའི་རྒྱལ་བ་སྐྱར་བ་དང་  
 སྟོལ་མས་རྒྱལ་ས་བསྐྱབས་ཏེ་སེར་གའི་གླིང་ལ་བཞག་ཚུལ་གསུངས་པ་འང་  
 རྣམ།

༡༽ འབྲུང་པོའི་གདོན་ལས་སྟོབ་རྒྱལ་ནི། གཙུག་ལག་ཁང་ཞིག་ན་ཉན་  
 ཐོས་སེན་རྩ་མང་པོ་གནས་པའི་དབེན་ས་དེའི། ཉེ་འགྲམ་དུ་སྟོོ་འབྲུམས་འགོ་  
 ས་ཞིག་ཡོད་པ་དེར། འགྲོ་ཆད་ཐམས་ཅད་རེ་རེ་ནས་བསད་པས་གཙུག་  
 ལག་ཁང་གི་དགེ་འདུན་སྟོང་ལ་ཉེ་བའི་དུས་ཤིག་ལ། རྒྱབ་ཅིག་དགེ་རྒྱལ་  
 ཞིག་ཕྱོགས་དེར་སོང་བས་ག་ཟ་མདོག་ནག་ཅིང་མཆེ་བ་གཅིགས་པ་ཞིག་བྱང་  
 རྟེ་མགོ་ནས་བརྒྱུད་བ་ན། ཐེག་ཆེན་པ་རྣམས་ལ་འཛིགས་པ་བརྒྱད་ལས་  
 བསྐྱབས་པའི་སྟོལ་མ་ཟེར་བ་ཞིག་ཡོད་པ་དེན་པ་དང་སྟོལ་མའི་མཚན་ནས་  
 པོས་པས། ལྷ་མོ་ནག་མོ་རལ་གྱི་ཐོགས་པ་གཅིག་གིས་ག་ཟ་དེར་དེག་པས་  
 ག་ཟས་དགེ་རྒྱལ་ལ་བཟོད་གསོལ་ཞུས། དགེ་རྒྱལ་ལ་ཕྱགས་ཀྱི་བུམ་པ་མུ་

ཏིག་གིས་བཀང་བ་ཞིག་ཀྱང་ལུ་ལ། དེ་ནས་བཟུང་གཙུག་ལག་ཁང་དེར་  
 གནོད་པ་རྒྱན་ཆད་ཅིང་ཞི་བའི་ཆོས་སྡེ་ཆེན་པོ་གྱུར། ཉི་མ་སྤུངས་པས། མི་  
 ཞིག་མགོན་ལས་འབྲུལ་ནས་དུར་ཁྲོད་ཀྱི་སར་སྦྲེབས་པའི་ལོག་འདྲེ་འབྱུང་  
 པོས་གནོད་ཚུལ་གསུངས་པའང་སྤང་། འདི་ཡན་ཆད་འཇིགས་པ་བརྟུང་  
 ལས་བསྐྱབས་པའི་ཚུལ་ཡིན། འཇིགས་པ་བརྟུངས་ལས་བསྐྱབས་པའི་ཚུལ་  
 གྱི་དབང་དུ་བཤད་ན། མོང་དུ་བརྟུང་གི་སྤོང་དུ་སྤར་བརྟུང་འཆད་དགོས་  
 པའི་ཚུལ་ནམས་རིམ་བཞིན་ཁུས་ན།

༩༩ མངོན་དང་གྱི་འཇིགས་པ་ལས་སྦྱོབ་ཚུལ་ནི། ཡུལ་ཀུམ་ར་གྲུ་ཏེ་ཞེས་  
 པ་དེར། བྲམ་ཟེ་ཞིག་ལ་མངོན་དང་གྱིས་ཐེབས་པ་དེ་བྲམ་ཟེ་ལྷ་བརྟུ་ལ་འགོས་  
 པས། ཐམས་ཅད་དབུལ་པོར་གྱུར་ཏེ་སྤོང་མོར་བསྦྱོད་པའི་ལམ་གྱི་ཟུར་  
 ཞིག་ཏུ་སྦྱོལ་མའི་སྤང་བ་རྒྱན་དོ་སྦྱ་རྒྱུང་དུ་གཅིག་མཇུག་པས། དེར་གྱིས་  
 བཀྱར་ཆེན་པོས་ཕྱག་འཆལ་ཞིང་གསོལ་བ་བཏབས་པས་སྦྱོལ་མས་ཅི་སྤྲོན་  
 གྱི་བདུད་ཅི་རྒྱན་མ་ཆད་པ་བཤམ་ཏེ། བྲམ་ཟེ་ནམས་གྱིས་ཁྱས་ཤེད་པ་ཙམ་  
 གྱིས་མངོན་དང་ལས་གྲོལ་ཞིང་ལུས་སྤར་ལས་ཀྱང་ཆེས་མངོས་པར་གྱུར།

༡༠༩ སྤྱགས་སྦྱོང་གི་འཆོ་བ་ལས་སྦྱོབ་ཚུལ་ནི། ཉན་ཐོས་དགེ་སྦྱོང་ལྷ་  
 བརྟུ་པོས་བསམ་གཏན་ལ་ཞུགས་པའི་ཆོ་ན། སྤྱགས་སྦྱོང་པོ་ཉ་འགའ་གས་  
 བྱུང་ནས་མེད་དང་། གྲང་ཆེན་སོགས་འཇིགས་སུ་རུང་པའི་གདོང་ཅན་ཞིག་  
 ཏུ་སྤྱལ་ཏེ། རྒྱུག་པ་དང་། འདུད་པ་སོགས་མ་ངེས་པ་སྤྲོ་ཆོགས་བྲས་པས་

འགའ་ཤས་དྲན་མེད་དུ་འགྱེལ། འགའ་ཤས་སྒྲིམ་ནས་སྒྲུག་ར་འཁྲབ་པ་དེ་  
ཐམས་ཅད་དག་སྒྲོང་ཞིག་གིས་ཤེས་པས། རྟགས་ཆ་ལ་འདི་ལྟ་ལྟོས་མའི་  
ཡིན་ནི་ཞེས་ཡི་གེ་བྲིས་ནས་ཤིང་ལ་བཏགས་པས་གཞིན་འཆོལ་ས་གྲོལ་བར་  
གྱུར།

༡༡༥ དབུལ་བའི་འཛིགས་པ་ལས་སྒྲོབ་ཚུལ་ནི། བཅའ་ཅེ་དབུལ་པོ་ཞིག་  
གིས་ལམ་སང་ཞིག་ན་སྒྲོལ་མའི་དོ་སྒྲུག་ཅིག་བཞུགས་པ་དེར། རང་གི་སྒྲུག་  
བསྐལ་མྱོང་ཚུལ་ནམས་གཏམ་བཤད་ཞུས་པས། སྒྲོལ་མས་མཆོད་རྟེན་གཅིག་  
ཡོད་པ་དེར་སྐྱོར་བ་བྱེད་ན། ཁྱོད་ལ་གཏེར་རྟེན་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་ལུང་  
བསྟན། དེ་བཞིན་བྱས་པར་གསེར་བུམ་ལྷ་ཏིག་གིས་གང་བ་ཞིག་དང་། དབུལ་  
བུམ་རིན་ཆེན་གྱིས་གང་བ་གཅིག་རྟེན་པའི་ཅི་དགོས་འདོད་པ་འཇོ་བས་དབུལ་  
བ་སེལ།

༡༡༦ གཉེན་དང་བུལ་བའི་འཛིགས་པ་ལས་སྒྲོབ་ཚུལ་ནི། བུལ་ཅེ་ཞིག་  
གཉེན་འབྲེལ་བྱ་སྒྲུག་དང་རྒྱ་ཁྱོར་ལོངས་སྒྱུད་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ལྡན་པ་གཅིག་  
དུས་ནམ་ཞིག་ན། རྟ་ངན་ཆེན་པོ་གཅིག་བྱུང་བས་རང་གི་བྱ་དང་ཁུང་  
མ་དང་སྒྲན་གཉེན་ནམས་ལྟག་མེད་དུ་གྱི། ཁོ་པ་ལྷ་ངན་གྱིས་སྒྲིམ་བཞིན་  
དུ་ཡུལ་ཕར་ཁ་སིར་སླེབས་པ་དང་། དེར་ནང་པའི་དག་སྒྲོང་ཆོས་སྒྲོལ་མའི་  
དུས་རྟོན་བྱེད་པ་མཇུག་བས་མེ་ཏོག་རྩི་མ་མ་གང་སྒྲོལ་སྒྲུལ་གཏོར་ཏེ། སྒྲོལ་  
མ་ལ་གསེལ་བ་བཏབ་ནས་སྤྱིར་འོངས་པ་ན། རུལ་པོ་ཇ་ལ་ཅན་དའི་བུ་ལོ་



མངོས་མིང་ཆེ་བ་བརྒྱད་དང་ལྷན་པ་དེ་མཉམ་པ་མཐོང་བ་ལས། ལྷ་པོ་ལས་  
ཆེས་ལྷག་པའི་འདོད་ཡོན་རྒྱས་པ་ན། ཁོང་གིས་སྒྲིབ་མའི་ལྷ་ཁང་བརྒྱ་དང་  
བརྒྱད་བཞེངས་ནས་རྟག་དྲུ་མཆོད་པར་གྲགས།

༡༩༥ རྒྱལ་པོའི་ཆད་པའི་འཇིགས་པ་ལས་སྒྲིབ་ཚུལ་ནི། ཨ་ལོང་རྒྱལ་  
པོའི་ཡུལ་ཞིག་ན། བྱིས་བདག་དབང་ཐང་དང་ལོངས་སྤྱོད་ཆེ་བ་ཞིག་ཡོད་  
པ་དེ་དང་། ཡུལ་དེའི་རྒྱལ་པོ་གཉིས་པམ་ཚུན་ནང་འགལ་བྱུང་བས། བྱིས་  
བདག་དེས་རྒྱལ་པོའི་མི་མང་བསྐྱུ་བྱིད་བྱས་ནས་ཁྲིད་དེ་རྟེ་རྩ་དུ་ཏྲུ་ལ་ཆས།  
རྒྱལ་པོས་མི་བཞི་བཏང་ནས་ཁོ་འདུས་ཏེ་བཅོན་ཁང་དུ་བརྟུག་པའི་ཆོ། སྒྲིབ་  
མ་བླན་བཞིན་དུ་གསོལ་བ་བཏབ་པས། སྒྲིབ་མའི་བྱིན་རྒྱལ་གྱིས་དེའི་ཀླང་  
པ་རྒྱལ་པོའི་སྒྲིབ་མ་ལ་བཞག་པས་སྒྲིབ་མ་གསེར་དུ་གྱུར། དེ་བཅོན་ཁང་  
དུ་བརྟུག་དུས་མུ་ཏིག་གི་ཆར་བབས་པ་སོགས་རྟགས་དུ་མ་བྱུང་བས་ཆད་པ་  
ལྷ་ཞིག་ རྒྱལ་པོའི་སྒྲིབ་པོར་བསྐྱོས་པར་གྲགས་སོ། །

༡༩༦ རྟོ་རྩེ་རྫོང་པའི་འཇིགས་པ་ལས་སྒྲིབ་ཚུལ་ནི། རྟོ་ག་ལའི་ཡུལ་ན་  
དགེ་བསྟེན་ཞིག་ལམ་གྱི་བྱུར་ལ་ལྷ་བཞིན་དུ་སོང་བའི་ལམ་ཁ་ན། གནོད་  
སྤྱོད་གྱི་ལྷ་རྟེན་ཞིག་ཡོད་པར་མ་མཐོང་ནས་འགོ་མས་ཏེ་ཆས་པས། གནོད་  
སྤྱོད་ཁྲིམ་པས་དགེ་བསྟེན་ལ་གནམ་ལྷགས་ནི་གྲུ་འཕངས་པ་དང་། དེས་  
སྒྲིབ་མ་བླན་པ་ཅམ་གྱིས་གནམ་ལྷགས་ཐམས་ཅད་མེ་ཏིག་ནིད་དུ་གྱུར། དགེ་  
བསྟེན་དང་། བྱ་དང་། རྒྱུང་མ་བཅས་གནོད་མེད་དུ་གྱུར་བར་གྲགས།

༡༥༥ དོན་ནམས་པའི་འཇིགས་པ་ལས་སྐྱབ་ཚུལ་ནི། རྒྱ་གར་གྱི་མི་གཅིག་  
 གིས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཚོར་ནམས་ཐོགས་པའི་ཞིག་ཡོད་པ་དེར་བཙུགས་ཀྱི་མཆོད་  
 རང་དུ་ཆས་པས། མ་ལ་ཁ་ཞེས་པའི་སྒྲིང་དེར་སྦྲེབས་པ་དང་། ལྷ་རྩ། མ་  
 རྟེ། གཡུ་ལ་སོགས་པ་ནོར་གྱིས་གྲུ་གང་བར་བྱས་ནས། སྒྲར་རང་ཡུལ་  
 ལ་ཡོང་བའི་ཞོར་དུ་ཆུ་སྟེན་གྱིས་སྒྲ་ལྷག་བསྐྱེད་དེ་གྲུ་འཐོར། ཁོ་རང་གིང་  
 ལེག་གཅིག་ལ་འཇུས་པས་སྒྲར་རང་ཡུལ་ལ་སྦྲེབས་པ་དང་། རང་གི་ཐོགས་  
 པོ་སྒྲག་གིས་ཐོས་ནས་གི་བ་ཤེས་དེ་སྒྲག་བསྐྱེད་གྱིས་སྒྲོས་པའི་མུར། སྒྲོལ་  
 མ་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་པས། མཆོན་མོ་མེ་ལམ་དུ་ཁྱོད་ཆུ་པོ་སྟེན་ཀྱི་འགྲམ་  
 ལ་སོང་ཞིག་དོན་ནམས་འགྲུབ་པར་འགྱུར་རེ་ཞེས་ལུང་བསྟན་པ་བཞིན་ཆས།  
 སྒྲར་གྲུ་ནང་གི་ཚོར་རྗེས་ནམས་ཆུ་རྒྱང་གིས་དེད་པས་ཆུའི་འགྲམ་ནས་ལག་  
 དུ་རྟེན་པར་གྲགས།

༡༥༦ དགྲའི་འཇིགས་པ་ལས་སྐྱབ་ཚུལ་ནི། ལོ་ཉི་ཤི་ག་ལ་ནས་ཐེབས་  
 པའི་རྒྱལ་རིགས་ཤིག་སྐྱེད་མོས་ཆལ་དུ་གཉིད་ལོག་པའི་དུས་ཤིག་ལ། དགྲ་  
 པོ་གོ་མཆོན་ཐོག་པ་དུ་མས་སྒྲར་ཟིན་པར་མཐོང་ནས་འབྲལ་དུ་སྒྲོལ་མའི་  
 མཆོན་པོས་པས། སྒྲོལ་མ་ནམ་མཁའ་ཤོན་དེ་ཞབས་འོག་ནས་རྒྱང་དུ་ག་  
 པོ་གཡོས་པས། དམག་ནམས་རྒྱང་གིས་འཁྲེར་བ་སོ་སོའི་ཡུལ་དུ་བསྐྱལ་  
 ཞིང་གཞོན་མེད་དུ་གྱུར། དེ་ཡན་ཆད་འཇིགས་པ་བཅུ་དྲུག་ལས་བསྐྱབས་  
 པའི་ཚུལ་ནམས་རགས་ཅམ་མོ། །

ཡང་སྒྲིལ་མས་སྒྲོབ་དཔོན་བརྒྱད་ལ་འཇིགས་པ་ལས་སྒྲོབ་ཚུལ་ནི།  
 དང་པོ། རྒྱ་གར་རྩོམ་གསུམ་ཡོད་པའི་སྒྲོབ་དཔོན་དྲི་ཀམ་མེལ་པ། རྩོ་  
 སྒྲོད་འཇིན་པ་སྒྲོལ་མའི་རྒྱུད་འདི་ཉིད་ལ་བརྟེན་པའི་རིགས་སྒྲགས་གྲུབ་པ་  
 ཞིག་དང་། ལུ་སྒྲིགས་ཀྱི་བྲམ་ཟེ་ག་པུ་རྩི་ལ་ཞེས་པ་གཉིས་པན་ཚུན་ཅོད་  
 པས། ལུ་སྒྲིགས་པམ་པས་དེའི་འཁོར་ཐམས་ཅད་ནང་པར་བསྐྱར།

གཉིས་པ་ནི། སྒྲོབ་དཔོན་ཡ་མ་ར་སིང་ད་ཞེས་པ། སྒྲོལ་མར་ཐུགས་  
 དམ་མཛད་ཅིང་སྒྲོབ་མ་ལྟ་བུ་ཅམ་ལ་ཆོས་འཁོར་སྐྱོར་ནས་བཞུགས་པའི་  
 དུས་ཤིག་ལ། ལྷའི་རྒྱལ་པོ་ལ་ལི་ཏས་ཆར་དྲག་པོ་ཐབ་པ་ན། རྒྱ་ལྷུང་ཆེན་  
 པོ་བྱུང་སྟེ་གོང་ཁྱེར་ནམས་རྒྱས་འབྱེར་ལ་ཉེ་བ་དང་། སྒྲོབ་དཔོན་གྱིས་སྒྲོལ་  
 མར་གསོལ་བ་བཏབ་པས་རྒྱ་ལྷུང་དེ་གོང་ཁྱེར་ཨུ་ཏ་ཇ་ན་ཡར་བསྐྱོར་ནས་  
 ཆས་པར་གྲགས་སོ། །

གསུམ་པ་ནི། ཁ་ཆེའི་ཡུལ་གྱི་རྒྱལ་པོ་དང་ཡུལ་མི་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
 ཅ་བའི་ཐ་མར་གྱུར་པའི་སྒྲོབ་དཔོན་ལྷའི་སེལ་ཞེས་པ་དེས། ཡུལ་ག་ཇ་ནི་  
 ལ་ཞེས་པ་དེར་བྱོན་ཞིང་ཆོས་མང་དུ་གསུངས་པས། ཏུ་རུ་ཀའི་རྒྱལ་པོ་ཐུག་  
 དོག་གིས་ཕྱོས་ནས། སྒྲོབ་དཔོན་བཙོན་དུ་བཅུག་སྟེ་དཀོན་མཆོག་ལ་དད་  
 བརྟུང་ཞུས་ན་གསོད་པ་ཐག་བཅད་ནའང་དེ་བཞིན་ཁས་ལེན་མ་བྱས་པས།  
 སྒྲོབ་དཔོན་ལྷགས་སྒྲོག་གིས་བཅིངས་ནས་བཙོན་དོང་ལ་འཕངས་པ་ན། སྒྲོལ་  
 མར་གསོལ་བ་བཏབ་པ་དང་ལྷགས་སྒྲོག་མེ་དོག་གི་ཐོང་བར་གྱུར། རྒྱལ་

པོས་སྒྲུབ་ལྷགས་སྒྲིག་གིས་བཅིངས་པ་དང་དེ་ཡང་མེད་ཀྱི་གི་ཕྱིང་བར་གྱུར་  
པར་རྒྱལ་པོ་ཡང་དད་གུས་ཞུས་ཤིང་ཆོས་རྒྱལ་ཉིད་དུ་གྱུར་པར་གྲགས།

བཞི་པ་ནི། བྱེ་བྲག་སྒྲུབ་པའི་སྒྲོབ་དཔོན་སང་ལྷ་མི་ཏའི་མི་ལམ་གྱི་  
ནང་དུ། ཐུབ་པ་ཆེན་པོ་འཁོར་གྱི་དུང་ནས་ལྷ་མོ་སྤྲོན་མོ་ཞིག་གིས། ཁྱིད་  
ཐེག་ཆེན་ལ་སྒྲོབས་ཤིག་གསུངས་པས། དེ་བཞིན་ཆོས་མང་དུ་གསན་ཞིང་  
སྒྲོལ་མར་ཡིད་དམ་མཛད་ནས། དུལ་དབུས་སུ་སྒྲོབ་དཔོན་གྲོལ་ཤིང་དུང་  
དུ་ཆོས་ཞུར་བསྐྱོད་པའི་ལམ་དུ་ཆོམ་རྒྱན་གྱིས་བཟུང་ནས་མུ་སྟོགས་པའི་ལྷ་  
མོ་དུ་ཆ་ཞེས་པ། མིའི་ཁྲག་རྩན་མོས་མཆོད་དགོས་པའི་དུར་ཁྱོད་ལྷ་བུ་ཞིག་  
ཡོད་པ་དེར་བྲིད་དེ། གསོད་གྲབས་བྱས་པ་དང་སྒྲོབ་དཔོན་གྱིས་སྒྲོལ་མར་  
གསོལ་བ་བཏབ་པ་ན། ལྷ་མོ་དུ་ཆ་འི་སྒྱུ་རྩེན་དེ་དུམ་བུ་མང་པོར་གསུངས་པ་མཐོང་  
བ་དང་། རྒྱན་མ་ནམས་སྒྲག་སྟེ་བྲོས་པས་སྒྲོབ་དཔོན་ཡང་བར་ཆད་མེད་  
པར་བྲམ་མ་གྲོལ་ཤིང་དུང་དུ་སྒྲེབས།

ལྷ་པ་ནི། འདུལ་བ་འཛིན་པ་སུ་ལྷ་པ་ཀི་རི་ཞེས་པ་སྒྲོལ་མ་ཡི་དམ་  
ལ་བརྟེན་པ་ཞིག་ཡོད་པ་དེས། དུལ་དབུས་ནས་རྒྱབ་ཕྱོགས་སུ་ཕྱིན་པས་  
རི་པོ་ཞིག་ལ་ལྷ་ཁང་བཞེངས་ཏེ། དག་འདུན་མང་པོར་ཆོས་གསུངས། དེར་  
ཡོད་གར་ལོག་གི་དཔོན་པོ་དེ་ཕྲག་དོག་གིས་ཁྲོས་ཏེ། རྒྱང་ཆེན་སུམ་བརྒྱ་  
ཙམ་གྱི་དམག་དྲངས་པ་དང་སྒྲོལ་མར་གསོལ་བ་བཏབ་པས་ཕྱོགས་དེར་ཁྱེ་  
གཏོར་ཅིག་གསུངས། དེ་བཞིན་བྲས་པས་རྒྱང་ཆེན་ཐམས་ཅད་སྒྲག་ནས་

རང་གནས་སུ་བྱོས་པར་གྲགས་སོ། །

དུག་པ་ནི། རྩ་ན་པུ་རིའི་གཙུག་ལག་ཁང་གི་མཁན་པོ་བླ་ཆ་དུ་ས་  
ཞེས་པ། ཁོང་ཡུལ་གཞན་ཞིག་དུ་ཡེབས་ཞོར་སྐྱལ་གི་ཆོང་མཐོང་བས་གནས་  
ཚུལ་དྲིས་པ་ན། སྐྱལ་གིས་ཉིན་རེར་མི་མང་པོ་ཟ་བ་ཐོས་པས་སྤྱིང་རྩེ་བསྐྱེད་  
དེ་ཕྱོགས་དེར་སོང་བ་དང་སྐྱལ་རྩམས་སྒོ་བ་དཔོན་ཐོག་དུ་མཆོང་ཡོང་བ་དང་།  
སྒོལ་མར་གསོལ་བ་བཏབ་སྟེ་ཆུ་གཏོར་བས། སྐྱལ་རྩམས་ཞི་བའི་སེམས་  
བསྐྱེད་དེ་ཕྱིན་ཆད་སྒྲིག་ཆགས་ལ་གཞོད་འཆོམ་བྱེད་པར། ཁ་ཟས་སྤངས་  
ནས་ཆེ་ལས་འདས་མ་ཐག་དུ་ལྟར་སྐྱེས་པར་གྲགས་སོ། །

བདུན་པ་ནི། ཕྱོགས་གྲང་གི་སྒོ་བ་མ་སྒོ་བ་དཔོན་དཀོན་མཆོག་  
འབངས་ཞེས་པ་དེ། ཤར་ཕྱོགས་ཨ་ཁི་ཅི་ཤིའི་ཡུལ་དུ་ཆོས་རྒྱུན་ཅིང་བཞུགས་  
པའི་ཆོ། རྩ་མཆོའི་ནང་ནས་དུག་སྐྱུལ་ཞིག་བྱུང་སྟེ་མི་མང་པོ་ཐོས་པ་དང་།  
ཨ་ད་ཀ་ལའི་གོང་བྱེར་དང་ཆེས་ཉེ་བར་སྐེབས་པས། སྒོ་བ་དཔོན་གྱིས་སྒོལ་  
མའི་མཆན་བསྐྱལ་ས་བརྒྱས་ཤིང་ཡུངས་ཀར་གཏོར་བས་སྐྱུལ་དེ། རྩ་པོ་  
གཞི་བརྒྱད་ནས་ཕྱིའི་རྩ་མཆོར་སོང་བར་གྲགས་སོ། །

བརྒྱད་པ་ནི། རྩལ་སྐས་ཞི་བ་ལྟའི་སྒོ་བ་མ་སྒོ་བ་དཔོན་ཡེ་ཤེས་ལྟ་  
ཞེས་པ། ཁོང་རྩ་གར་རྩེ་ཕྱོགས་ཀྱི་མ་ལའི་ཡུལ་ནས། བྱུང་ཕྱོགས་ཏི་རུ་  
དུ་ཏིའི་ཡུལ་ལ་ཡེབས་ཏེ་འགྲོ་དོན་ཅི་རིགས་མཛད་པའི་ཆོ། སྤྱིན་པོས་གདོན་  
བྱུང་བས་ཡུལ་མི་ཐམས་ཅད་ཤི་བའི་ཉིན་མོ་དེར། སྒོ་བ་དཔོན་ཡེ་ཤེས་ལྟ་

ས་སྤྱོགས་དེར་མ་སྒྲིག་རང་འགྲིག་ལྟ་བུ་སྒྲེབས་པ་དང་། རོ་ཡངས་དང་འཕྲད་  
 པས་སྒྲོལ་མའི་མཆོན་སྤྲུགས་བརྒྱ་བཞིན་དུ་ཡུར་བཞིག་ཡོད་པ་དེ་འཕངས་  
 པས། རོ་ཡངས་ཀྱི་སྤྱི་བོར་ཕྱོག་བ་དང་འགྲེལ། གཞན་ཡང་སྒྲོལ་མས་རྩོ་  
 བོའི་སྤྲུགས་ལ་ཡུང་བརྒྱན་ཚུ་ལ་ཆེས་མང་ཡང་ཡོངས་སུ་བྲགས་པས་མ་བོད་  
 ཏོ། །

རྩེ་བཙུན་སྒྲོལ་མའི་སྤྱི་བརྒྱན་ལ་དད་པ་ཅམ་གྱིས་འཛིགས་པ་ལས་  
 སྒྲོབ་ཚུ་ལ་འགའ་གས་ཁྱ་བ་ནི། ཉན་ཐོས་སྤྲུག་བཞིག་དབྱར་དུས་སུ་ཚུ་བོ་  
 རེ་རྩེན་བཞུ་ལ་མ་ཐུབ་པར་ཚུས་ཁྱེར་པས། སྒྲོལ་མར་གསོལ་བ་བཏབ་  
 པ་དང་། སྒྲོལ་མའི་སྤྱི་ལ་པ་བྱད་མེད་ཅིག་དངོས་སུ་བྱོན་ནས་ཚུ་ལས་འཐེན།  
 ཡང་ཉན་ཐོས་པ་གཅིག་ཀྱུ་ལ་པོས་ཆད་པ་བྱད་བ་ན། རོ་རྩེ་གདན་དུ་སྒྲོལ་  
 མའི་རོ་སྤྱི་བཞིག་ཡོད་པ་དེར་གསོལ་བ་བཏབ་པས། སྒྲོལ་མས་ཚུ་ཁྱེར་དེར་  
 ཁྱགས་ཤིག་ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། དེའི་ནང་འཇུ་ལ་པས་ལུས་ཤོར་ཞིང་  
 མིས་བཙལ་ཡང་མ་རྟོན། བོད་རང་ལ་འང་ཆེས་མང་པའི་བོད་མི་རྣམས་མོད་  
 གྱི། དཔེ་མཆོན་ཅམ་ཁྱ་ན། གྱང་རི་ལེགས་བཤད་ཀྱི་མཆོས་སྒྲོལ་སྤྱི་ལེབ་  
 མ་སྤུས་ལེགས་ཤིག་ཁོ་བོའི་ཕ་ཆུན་ལ་བྱིན་ཏེ། འདི་ཁྱོད་དམག་ལ་འགོ་དུས་  
 མཆོན་སྤང་ཡིན། རྩེས་སྤང་ལ་དགོས་ཀྱི་རེད་གསུངས། ཕ་ཆུན་མཆོག་  
 དམག་འཐབ་གྱི་དུས་སུ་མེ་མདའ་ཡི་མདེའུ། ལྷའི་ཨམ་སྤྲུག་ནང་ནས་ཁྱེར་  
 སྤྱི་ཚུ་ཡོད་པར་ཐངས་མང་བྱང་ཡོད་ནའང་། སྒྲོལ་མའི་བྱིན་མཐུས་མ་སྒྲོ་

ཁ་ཕ་ཅེ་ཙམ་ཡང་སྟོན་མ་ཐུབ་པར་མཆོན་འཛིགས་ལས་བསྐྱབས་པ་མངོན་  
 ཐུང་བྱུང་ཞིང་། ཐུས་སུ་ཁོ་པོ་སྟུན་མཆོད་གཉིས་ཀྱི་གར་དུ་ཡོང་བའི་ལམ་  
 ཁ་ལ། དེང་རིའི་འགག་སྐྱུང་གོ་མཆོན་ཐོགས་པ་གཉིས་ཀྱི་མདུན་དུ་འགག་  
 འཕྲང་དོག་མོ་དེར་མཆོང་ཡོང་བས། སྟོལ་མའི་སྐྱབ་རྩན་གྱི་བྱིན་མཐུས་  
 ཀྱི་མི་འདྲེན་བྱེད་ཡུལ་དུ་མ་གྱུར་བ་སོགས། སྟོལ་སྐྱེད་འོ་ལྷ་ཀྱས་ཞིབ་སྤྲ་  
 སྐབས་གཞན་དུ་གསལ། རྗེ་བཙུན་སྟོལ་མ་ལ་དད་ལྷན་སེང་གེ་དཀར་མོའི་  
 ཐུགས་རྒྱུད་ལ་དད་པའི་གཡུ་རལ་བདོ་བའི་ཆེད་དུ། ཀྱི་འགྲེལ་དང་རྗེ་བཙུན་  
 ཏཱ་ར་ན་ཐའི་གསུང་མང་གཞི་དང་པོད་འགྲེལ་ཁྲུངས་མ་དག་ལས་བདུས་ནས་  
 བཤད་ཁུལ་ཡིན།

འདིར་སྟུས་པ།

འཛིགས་པ་བརྒྱད་ཀྱི་འཕྱོར་རྒྱུང་དབྱིངས་སུ་ཞི། །

འཕགས་མོར་བདུན་གྱི་སྤྱང་ཆར་ལྷན་གྱིས་འདྲོ། །

ཡར་ཐུན་དུག་གི་འཇའ་ཟེར་ཡིད་འོང་བའི། །

ཡེ་ཤེས་ལྷ་ལྷན་དབྱར་གྱི་དཔལ་མོ་དན། །

བདུད་བཞིའི་འཛིགས་པ་སེལ་ལ་ཁྲུམ་པ་མེད། །

དུག་གསུམ་རྩད་ནས་གཅོད་ལ་ངལ་བ་མེད། །

དོན་གཉིས་ལྷན་གྱིས་འགྲུབ་ལ་འགལ་རྒྱུན་མེད། །

---

སྐབས་གཅིག་སྒོལ་མ་སྟེན་དང་བསྐབ་མེད།

ཅེས་པ་སྐར་ཁམས་པ་གུང་རི་ཀླ་སྟེས་མིང་བསྟན་འཛིན་ཀྱན་དག་འཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཚན་  
དུ་འབོད་པའི་ས་མཐའ་འགྲིམ་པ་ཞིག་གིས་སྐག་ལས་སྐབ་གྱིས་སོ། །



## ༡༡། སྒྲོལ་བརྟན་ཡན་ལག་བདུན་པའི་མཆན་བུ།

དེན་ཅན་ཅ་པའི་ལྷ་མ་དང་གཉིས་སུ་མ་མཆིས་པའི་ལྷག་པའི་ལྷ་  
མཆོག་ལ་ཕྱག་འཆེལ་ཞིང་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། སྒྲོལ་བརྟན་ཡན་ལག་བདུན་  
མ་འཆད་པ་ལ་བདུན།

དང་པོ་ཕྱག་འཆེལ་བའི་ཡན་ལག་ནི། རྒྱལ་ཀུན་སྤྱི་གཟུགས་རྩེ་  
བརྩེན་མ་གཞན་ལས་བྱུང་དུ་འཕགས་མ་འཁོར་བའི་འདམ་ལས་སྒྲོལ་བར་  
མཛད་མ་དང་ཕྱོགས་བཞི་མཆོམས་བརྒྱད་དང་། རྩེ་འོག་གཉིས་ཏེ་བརྩ་  
ན་འདས་མ་འོངས་ད་ལྟ་དུས་གསུམ་དུ་བཞུགས་པ་ཡི་རྒྱལ་བ་སྤྲས་དང་བཅས་  
བ་ཐམས་ཅད་ལ་ལྟས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱི་སྒྲོ་ཀུན་ནས་དང་བས་དད་འདུན་  
ཆེན་པོས་ཕྱག་འཆེལ་ལོ། །

གཉིས་པ་མཆོད་པའི་ཡན་ལག་ནི། དཀོན་མཆོག་ལ་མཆོད་པར་  
འོས་པའི་མེ་ཏོག་པར་དང་ཡུ་སྤྲེལ་དང་ཀུཾ་སྟོགས་མཛེས་ཤིང་ཡིད་དུ་  
འོང་བ་བྲིལ་བ་ཁྲིམ་མེ་རྣམས་དང་། རྩེ་ཏི། མི་ཤི། གུར་གུམ། ཀའོ་ལ་  
སྟོགས་སྤྲན་སྦྱོར་བྱས་པའི་བདུག་སྒྲོས་ ཅི་ངད་འབྲུལ་ཞིང་མར་མེ་དང་།  
བདུད་རྩིའི་ཡན་ལག་བརྒྱད་ལྡན་གྱི་ཆུ་པོ་དེ་བཟང་པོ་རྣམས་དང་། གཞན་  
ཡང་ཞལ་ཟས་རོ་བརྒྱ་ལྡན་པའི་ཡིད་འཕྲོག་པ་དང་། རོལ་མོ་དུང་དང་བ་

དན་ཀྱལ་མཆོན་ལ་སོགས་པ་དངོས་པོ་མངོན་སུམ་རང་ལ་ཅི་འབྱོར་པ་ནམས་  
 མེར་སྒྲ་མ་འདྲེས་པར་དད་སྤྱོད་ཆེན་པོས་འབུལ། ཡོན་ཆབ་ཡན་ལག་བརྒྱད་  
 རྩན་གྱི་ཀྱུ་མཆོན་ལ་དྲི་བཟང་གིས་བྱབ་པར། ཡུལ་སྤྲོངས་མེད་ཀྱི་སྒྲ་ཆོགས་  
 བཀྲ་བ་སོགས་མདོར་ན་མདོ་རྒྱུད་དག་ལས་ཡིད་ཀྱིས་སྤྱུལ་ཚུལ་ཇི་ལྟར་  
 གསུངས་པ་བཞིན་སྤྱུལ་ནས་འབུལ་བ་ལགས་ན་ཇི་བཅུན་འཕགས་མའི་སྒྲ་  
 ཆོགས་ནམས་ཀྱིས་བྱགས་དགྲེས་བཅེ་ཆེན་པོས་བཞེས་སུ་གསོལ། ཇི་སྐད་  
 ཏུ། ཞི་བ་ལྷས། བདག་ནི་བསོད་ནམས་མི་ལྡན་བཀྲེས་ཆེན་ཏེ། །མཆོད་  
 པའི་རྟོར་གཞན་བདག་ལ་ཅང་མ་མཆིས། །དེས་ན་གཞན་དོན་དགོངས་  
 པའི་མགོན་གྱིས་འདི། །བདག་གི་དོན་སྤྲད་ཅིད་ཀྱིས་མཐུས་བཞེས་ཤིག། ཅེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

གསུམ་པ་བཤགས་པའི་ཡན་ལག་ནི། རྒྱུ་བ་སྒོག་མ་མེད་པ་ནས་  
 དུས་ད་ལྟའི་བར་སྒོག་གཅོད་པ། ལོག་གཡེམ། མ་བྱིན་ལེན། རྩན། ལྷ་  
 མ། ཆོག་རྩུབ། ངག་འབྲུལ། བན་བ་སེམས། གཞོད་སེམས། ལོག་ལྷ་  
 དང་མི་དགེ་བཅུ་འཛོལ་ནས་སྤྱི་ལྟར་ཅི་བཀྲིས་པ་ནམས་དང་། བ་བསད་  
 པ། མ་བསད་པ། དབྱ་བཅོམ་བསད་པ། དགེ་འདུན་དཔེན་འབྱེད་པ།  
 དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་ངན་སེམས་ཀྱིས་བྲག་ལྷུང་བ་དང་། མཆོམས་མེད་  
 པ་ལྷ་ཡི་ལས་བཀྲིས་པ་ནམས་དང་། གཞན་ཡང་གཏད་སོ་མེད་པའི་སེམས་  
 ཁམས་འདི་ནི་ཉོན་མོངས་པའི་གཞན་དབང་དུ་གྱུར་པའི་རྒྱུན་གྱིས། དུས་

གསུམ་དུ་བསགས་པའི་རྟོག་པ་ཅི་བཀྱིས་ཐམས་ཅད་ཇི་བཙུན་སྒྲོལ་མའི་ལྟ་  
ཆོགས་ནམས་ཀྱི། ལྷན་སྤར་མཐོལ་ལོ་བཤགས་པར་བཀྱིད་པར་ལགས་ན།  
ཐུགས་ཇི་བཙུན་པ་ཆེན་པོས་གཟུང་དུ་གསོལ།

བཞི་པ་རྗེས་སུ་ཡིད་རང་བའི་ཡན་ལག་ནི། ཐུགས་བཙུར་བཞུགས་  
པའི་བདེ་བཤེགས་རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ནམས་ཀྱི་ཅི་མཛད་དགོས་པ་དང་།  
ཉན་ཐོས་རང་རྒྱལ་ནམས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དག་གིས་རང་དང་  
གཞན་ལ་ཡན་པའི་དགེ་ཅ་ནམས་དང་། ཐ་ན་འཇིག་རྟེན་སོ་སོར་སྐྱེ་བོ་ལ་  
སོགས་པའི་འདས་མ་འོངས་ད་ལྟ་དུས་གསུམ་ལ། ཀྱན་གྱི་དགེ་བ་ཅི་བསགས་  
པའི་བསོད་ནམས་ལ་ནི། བདག་གིས་སྒྲོ་བ་ཆེན་པོས་རྗེས་སུ་ཡིད་རང་དོ།

ལྷ་པ་ཆོས་འཁོར་བསྐྱར་བའི་ཡན་ལག་ནི། གདུལ་བྱ་སེམས་ཅན་  
ནམས་ཀྱི་བསམ་པ་དང་མཐུན་པའི་སྒྲོ་བོས་ཆེན་པོ་དབང་ནོན་དང་། དབང་  
པོ་འབྲང་པོ་ཡིས་རེ་སྐུལ་བཞིན་དུ་སྐྱེ་དང་བྱེ་བྱག་སོ་སོའི་མོས་འདུན་རི་  
ལྟ་བུར་བཞིན་ཆོས་འཁོར་བསྐྱར་བ་མཛད་དུ་གསོལ། ཐེག་ཆེན་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའ་དང་། ཐེག་རྒྱུད་ཉན་རང་དང་། ཐེག་ཆེན་ཐུན་མོང་བ་དང་  
ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་གསང་སྤགས་དོ་རྗེ་ཐེག་པ་ཡི་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་གདུལ་  
བྱ་གང་ལ་གང་མོས་བསྐྱར་བར་མཛད་དུ་གསོལ།

དུག་པ་མུ་ངན་ལས་མི་འདའ་བར་གསོལ་བ་འདེབས་པ་ནི། དེས་  
ནས་དུས་འཁོར་བའི་སྤྱིད་མ་སྟོང་གི་བར་དུ། གདུལ་བྱའི་དོན་དུ་སྐྱེ་བུ་ངན་

ལས་མི་འདེད་པའི་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ཡིས། ལྷག་པ་ལྔ་ལ་ཀྱུ་མཚོ་ཆེན་པོའི་  
ནང་དུ་བྱིང་པ་ཡི་སེམས་ཅན་ནམས་ལ་གཟིགས་སུ་གསོལ།

བདུན་པ་དགོང་བཟོ་བཞི། དགོ་སྒྲོང་མ་དཔལ་མོའི་བདག་གིས་བསོད་  
ནམས་ཀྱི་ཚོགས་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཚོགས་ཅི་བསགས་པ་ཐམས་ཅད་ཐུན་མེད་  
པའི་བཟོ་བ་གསུམ་གྱི་ནང་ནས། བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོའི་རྒྱུ་རྩེ་བར་གྱུར་  
པ་ནས་བཟུང་། རིང་པོར་མི་ཐོགས་པར་སྤྱར་དུ་འགོ་བ་སེམས་ཅན་དེ་དང་  
དེ་ཡི། རྒྱུག་སྒྲིབ་བྱང་ཞིང་ཐར་ལམ་ལ་འདྲེན་པའི་དཔལ་དུ་བདག་རང་  
ཉིད་ཀྱིས། རྒྱུགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག།

ཅེས་དགོ་སྒྲོང་མ་དཔལ་མོའི་སྒྲོལ་བཟོད་ལ་མཆན་བུ་འདི་ནི་བལ་ཡུལ་བྱ་རུང་ཁ་ཤིང་  
ཉི་འགྲམ་ཇོ་རུ་པ་ཏི་ལ་ས་མོ་སྤྲུག་གི་ལོ་སྟོན་རྒྱ་པའི་ཆེས་པ་ལ་གྱང་རི་ཐོང་འཛིན་སྤར་ཐམས་པ་  
ཞིག་གིས་སུག་བྲིས་སོ། །

## ༡༡། ལག་སྒྲོམ་མཆན་འབྲེལ་དབྱེད་གྱི་པོ་ཉ།

གུར་གུམ་མདངས་ལྡན་སྒྲོམ་པ་ཀུན་ལས་ཀྱིས།  
ཀྱལ་བའི་གསང་གསུམ་ཆོས་ཀུན་རྣམ་པའི་མཆོད།  
མཆོད་རབ་དབང་ཕུག་འཇམ་དཔལ་འགྲོ་བའི་མགོན།  
མགོན་ཁྱོད་བདག་ལ་སྒྲོ་གོས་སྤྲོས་པ་སྩུལ།

སྒྲམ་དང་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཤེ་བཙུན་འཇམ་དཔལ་དབྱེད་སྤྲུལ་པ་ཕུག་འཇམ་པོ།  
དུས་དང་ནམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་བཅེ་བཞེན་པོས་ཤེས་སུ་གཟུང་དུ་གསོལ།  
བརྟན་བཅོས་འདིའི་དོན་བཤད་པ་ལ་བཞི། བརྟན་བཅོས་གྱི་མཆན། འགྱུར་  
གྱི་ཕུག་གཞུང་གི་དོན། མཇུག་གི་དོན་ནོ།

དང་པོ་ནི། ཀྱུ་གར་རྣམས་དུ། ཕྱི་རྒྱ་ནག་གུ་རྒྱ་པ་ལ་རྒྱ་མ་སྒྱུ་ཏི། ཞེས་  
པ་འདི་པོད་གྱི་རྣམས་དུ། དཔལ་ཡེ་ཤེས་ཡོན་ཏན་བཟང་པོ་ཞེས་བྱ་བའི་བརྟན་  
པ། རྣམས་གཉིས་ཤན་སྒྲུར་བྱེད་ན། ཕྱི་དཔལ་རྒྱ་ནག་ཡེ་ཤེས་གུ་རྒྱ་ཡོན་ཏན་  
པ་ལ་བཟང་པོ་རྒྱ་མ་ཞེས་བྱ་བ་སྒྱུ་ཏི་བརྟན་པའོ།

གཉིས་པ་ནི། མགོན་པོ་འཇམ་དཔལ་དབྱེད་སྤྲུལ་པ་ཕུག་འཇམ་པོ།

ཞེས་ལོ་རྒྱུ་པའི་སྡེ་སྡོད་ངོས་འཛིན་གྱི་འགྲུར་ཕུག་འདི་ནི་མདོན་པའི་སྡེ་སྡོད་  
གྱི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པར་ཤེས་པའི་ཆེད་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་ལ་གསུམ། ཐུགས་ཀྱི་བསྟོད་པ། གསུང་གི་བསྟོད་པ།  
སྒྲིབ་བསྟོད་པའོ། །

དང་པོ་ནི། རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་ཡབ་གཅིག་ཏུ་བརྩོན་འཇམ་དཔལ་  
དབངས་གང་གི་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་སྒྲིབ་པ་དེས། སྒྲིབ་པ་གཉིས་  
ཀྱི་མུན་པ་མཐའ་དག་གཏན་མེད་དུ་བཅོམ་ཞིང་། དཔེར་ན། རྒྱལ་སྤྱི་  
སྐོག་གི་སྒྲིབ་བྱེད་དང་བྲལ་བའི་ཉི་མ་ལྟར་གསལ་བའི་གནས་ལ། འབྲུལ་  
བ་ཡི་དྲི་ཀུན་ཤིན་ཏུ་ནམ་པར་དག་ཅིང་ཟབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ལམ་ལ་འཇུག་  
པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་སྒྲུང་བ་རབ་དུ་གསལ་བས། རི་ལྗང་རི་སྟོད་ཀྱི་ཆོས་ཀུན་  
གཟིགས་པ་མཁྱེན་པས་དོན་ནམས་ལུས་པ་མེད་པར་ཀུན་ཀྱང་། རི་ལྗང་བ་  
བཞིན་མདོན་སུམ་དུ་གཟིགས་པའི་སྤྱིར་རོ། །གཞིན་ནུ་ཉིད་ཀྱི་ཐུགས་ཀར།  
ཟབ་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་རྫོགས་པར་སྟོན་པའི་ཤེར་སྤྱོད་ཀྱི་སྒྲེགས་བམ་  
ཕུག་གཡོན་པའི་ཐད་ཀར་འཛིན་པའོ། །

གཉིས་པ་ནི། སེམས་ཅན་གང་དག་ཉོན་མོངས་དབང་གི་ཁམས་  
གསུམ་གྱི་སྟོན་པའི་བཅོམ་རར་རྒྱུད་ཅིང་། ཐོག་མར་མ་རིག་པ་བདག་དང་  
བདག་གིར་འཛིན་པའི་སྒྲིབ་པ་མུན་ནག་སྒྲུག་པོ་ལྟ་བུ་དེས། ཀུན་ནས་  
འཐུམས་པའི་གཉིད་ལས་གྲོལ་ཏེ། རྒྱུག་བསྐྱེད་གསུམ་གྱིས་གཟིར་བའི་ལུས་

ཅན་འགྲོ་བ་མ་ལུས་པ་ཚོགས་ཀྱན་ལ། མས་བྱ་གཅིག་ཁོ་ན་ལས་མེད་པ་  
 དེ་ལ་སྤོང་དཀྱིལ་ནས་བཅེ་བས་སྦྱོང་བ་ལྟར། འཇམ་དཔལ་བྱེད་ནི་འགྲོ་  
 ཀྱན་སྤྱག་བསྐྱེལ་ལས་སྦྱོབ་པའི་བཅེ་བ་སྤོང་རྗེ་དང་ལྷན་པ་ཡིན་ཞིང་། རྒྱང་  
 ཏོར་གྱི་གནས་ཡན་ལག་སོ་སོ་དྲུག་རྩེད་བྱངས་སྟན་པོ་དང་ལྷན་པའི་གསུང་  
 གཅིག་ཉིད་ལ་དུ་མ་གོ་བར་མཛད། དཔྱིད་གྱི་དུས་སུ་འབྲུག་གིས་སྦྱོ་སྦྱོག་  
 པའི་ཆོ་ས་སྤོང་གི་སེམས་ཅན་ནམས་གཉིད་ལས་སང་པ་ལྟར། འཇམ་དཔལ་  
 བྱེད་གྱིས་ཟབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཆོས་ནམས་གདུལ་བྱའི་ན་ལ་ཆེས་ཆེར་སྦྱོག་  
 པས་དེ་ཀྱན་ཉོན་མོངས་པའི་གཉིད་མཐུག་པོ་ལས་སྦྱོང་བར་མཛད། སྦྱོག་  
 ན་འཆི་སོགས་ཀྱི་འཆིང་བའི་ལས་ཀྱི་ཕྱགས་སྦྱོག་གི་མདུད་པ་དམ་པོ་ལས་  
 འགྲོལ་བ་མཛད་ཅིང་།

གསུམ་པ་ནི། གནས་ལུགས་མཐོང་བ་ལ་སྦྱིབ་པར་བྱེད་ཅིང་། ང་  
 དང་ང་ཡིར་འཛིན་པའི་སྒོ་མ་རིག་པའི་ལུན་པ་ཀྱན་སེལ་བར་བགྱིད། སྤྱག་  
 བསྐྱེལ་གྱི་སྤྱུ་གུ་འཇམ་ས་པོན་གངས་ཆོའི་སྤོང་ཅིག་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་གཙོད་  
 པའམ་འཛོམས་པར་མཛད་པའི་བྱིར་དུ། སྤྱག་གཡས་ན་མཁྱེན་པ་ལེ་ཤེས་  
 ཀྱི་རལ་གྱི་བསྐྱམས་གིང་། འཇམ་དཔལ་བྱེད་ནི་ངེས་པའི་དོན་དུ་གདོད་  
 མཉིད་ནས་སྦྱིབ་བྱེད་དྲི་མ་ཐམས་ཅད་དག་ཅིང་། རབ་དགའ་ལ་སོགས་  
 པའི་ས་བརྩེའི་མཐར་སོན་ནས་སྤངས་རྟོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་མ་ལུས་ཡོངས་སུ་  
 རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཡིན་མོད་གྱི། འོན་ཀྱང་དྲང་པོའི་དོན་དུ་རྒྱལ་བ་

ཡོངས་ཀྱི་སྤྱི་བྱང་རྒྱུ་མཐུན་པའི་རྣམས་ཀྱི་ཐུ་ཤིའི་སྒྲིལ་རྣམས་པའི་ཚུལ་  
 དུ་བཞུགས་ཤིང་། བཅུ་ཕྱག་བཅུ་དང་བཅུ་གཉིས་ཏེ་མཚན་བཟང་པོ་སྤྱི་  
 ཅུ་ཙ་གཉིས་དང་། དཔེ་བྱེད་བཟང་པོ་བཅུད་བཅུའི་ཀྱན་སྤྱི་ཤིང་བདག་  
 གི་སྒྲོའི་ལུན་པ་ཐམས་ཅད་སེལ་པའི་ཇེ་བཅུན་འཇམ་པའི་དབྱངས་ཁྱེད་ལ་  
 སྒྲོ་གསུམ་གྱིས་པ་ཆེན་པོས་འདུད་པར་བྱེད་དོ། །མཚམས་འདིར་ཨ་ར་པ་  
 ཙ་ན་རྩེ་ཞེས་འཇམ་དབྱངས་མཚན་སྤྱགས་ལ་འགྲེལ་མ་དགོས་པ་མཁྱེན་  
 གསལ་ལྟར་རོ། །

བཞི་པ་མཇུག་གི་དོན་ནི། ཐུགས་བརྩེ་བ་ཆེན་པོ་དང་ལྷན་པའི་ཇེ་  
 བཅུན་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ཁྱེད་ཀྱིས། ཤེས་བྱའི་གནད་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་  
 ཅིང་རབ་རྟུགས་ལ་བ་གཟིགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་འོད་ཟེར་གྱིས། བདག་སོགས་  
 སྒྲོའི་མཐོང་སྤྱི་བ་བྱེད་པའི་གདོ་ལྷག་རྩུག་པོ་ལུན་པ་ལྟ་བུ་དེ་ཀྱན་རབ་རྟུགས་ལ་  
 ནས། རྒྱལ་པའི་བཀའ་ཆོས་ལུང་བཅུད་ཁྱི་བཞི་སྟོང་དང་། དགོངས་འགྲེལ་  
 གི་བཞུན་བཅོས་གཞུང་ལུགས་ཁྲུངས་མའི་ཟབ་དོན་རྟོགས་པ་ཡི་སྒྲོ་གོས་ཀྱི་  
 ཙ་ན་ནོན་པོ་གང་ལ་བཞུས་ན། སྤྱི་བས་པ་ཆེས་རྒྱས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་སྒྲུང་བ་  
 བསྐུལ་བར་མཛད་དུ་གསོལ། །

༥ འདིར་སྤྱི་བ་པ།

དཔེ་ཤེས་ཐག་པས་གདོ་ལྷག་དམ་བཅོངས་ནས།

མཚན་གྱི་རིག་པའི་ལུགས་ཀྱི་རྟོན་པོ་ཡིས།



ལྷ་མོ་ཆོས་ཀྱི་མཐའ་གཉིས་མ་ལྟར་བ།

བརྗོད་མེད་རྣམས་བྲལ་ཏུ་བ་མཐོང་བར་མོག།

[illegible]

## ༡༡། མ་ཁིའི་ཕན་ཡོན་རྒྱ་མཆོའི་ཚུ་ཐེགས།

རྒྱལ་ཀུན་རོ་བོ་གཅིག་འདུས་རྟོན་ཅན་ཅ་བའི་བླ་མའི་ཞབས་ལ་ཕྱག་  
འཆོལ་ཞིང་སྐྱབས་སུ་མཆོའོ། །དུས་ཐམས་ཅད་དུ་བཅེ་བ་ཆེན་པོས་རྗེས་  
སུ་གཟུང་དུ་གསོལ། རྟོན་མཆོག་ཐུབ་པའི་དབང་པོས་རྒྱན་རས་གཟིགས་  
ཀྱི་མདོ་རྒྱད་ཉི་ཤུ་ཅ་གཅིག་གི་ནང་དུ་གསུངས་པའི། ཡེ་གོ་དུག་མ་འདི་དམ་  
ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྲིང་པོ། གསང་སྤྲུགས་དང་གཟུངས་སྤྲུགས་ཀུན་གྱི་  
ཡང་སྤྲིང་། ཡང་སྟོས་ར་བ་གངས་ཀྱིས་བསྟོར་བའི་ཞིང་འདིར་ལྟ་སྟེན་སྤྱན་  
རས་གཟིགས་དང་། ཆོས་སྟེན་མ་ཁི་དུག་མ་ཡིན་ཞིང་། རྒྱན་རས་གཟིགས་  
ཀྱིས་རྟོན་པ་ཐུང་ན་ལས་འདས་པ་མཁྱེན་ནས་རྩ་མཆོག་གྲོང་ལ་ཕེབས་ཏེ།  
ཐུང་ན་ལས་མི་འདའ་བར་གསོལ་བ་བཏབ་སྟེ། རྟོན་པའི་ཞབས་ཀྱིས་མ་  
བཅགས། གསུང་གིས་མ་བསྐྱུངས་པའི་ཁ་བ་ཅན་གྱི་གདུལ་བྱ་ནམས་ལ་  
ཇི་ལྟར་བྱ་དགོས་པའི་སྟོར་ཞུ་ཞེས་གསོལ་བ་དང་། རྟོན་པས་མ་འོངས་པར་  
ངའི་བསྟན་པ་མར་འགྲིབ་པའི་དུས་སུ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཁྱོད་ཀྱི་  
གདུལ་བྱར་འགྱུར་རེ་ཞེས་ལུང་བསྟན་མཛད།

མ་ཁི་ཡི་གོ་དུག་མའི་ཕན་ཡོན་མཐའ་ཁྲིམས་པས་བཟོད་དུ་མི་ནུས་ཀྱང་།  
འོན་ཏེ་ཚུའི་ཐེགས་པ་ཅམ་དུ་བཀྲལ་ན། ཇི་སྐད་དུ། བསྟོར་ཅོད་པར་རྒྱུད་

ལས། ང་ཡིད་ལ་བྱས་ནས། ཡི་མ་ཁི་པ་རྩེ་རྒྱ། ཞེས་པའི་རིགས་སྤྲུགས་  
 འདི་རྣོས་པའི་རིགས་ཀྱི་བྱུངས་བྱུ་མོ་གང་ཡིན་པ་དེས། ལན་ཅིག་བརྒྱས་  
 བཟོད་བྱེད་དང་ཡིད་ལ་བྱས་ནས་ལུས་ལ་བཅང་ན། མཚམས་མེད་ལྟ་དང་།  
 དེ་དང་ཉེ་བ་ལྟ་དང་། སྤྲིག་པ་ཐམས་ཅད་བྱང་ནས་སེམས་ཅན་དཔྱལ་བ་  
 དང་། ཡི་དྲགས་དང་། དུད་འགྲོའི་སྤྱེ་གནས་དང་། མེ་ཁོས་པའི་གནས་  
 བརྒྱད་སྤངས་ཤིང་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་རྩུག་བསྐྱེད་པར་མི་འགྱུར་རོ། ཞེས་  
 སོགས་མང་དུ་གསུངས་སོ། ། མ་ཁིའི་ཡན་ཡོན་འགྲོ་བ་རིགས་དུག་དང་ཡར་  
 ཕྱིན་དུག་ལ་སྦྱར་ནས་རགས་ཅམ་བཤད་ན། ཡི་གྱིས་ལྟོའི་འཆི་འཕེ་པའི་  
 སྤྲུག་བསྐྱེད་ལས་སྦྱོལ། མ་ཡིས་ལྟ་མིན་གྱི་འཐབ་ཅོད་ཀྱི་སྤྲུག་བསྐྱེད་ལས་  
 སྦྱོལ། ཁེ་ཡིས་མི་ལ་སྤྱེ་ན་ན་འཆིའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་ལས་སྦྱོལ། སང་གིས་དུད་  
 འགྲོའི་གཅིག་ལ་གཅིག་གིས་བཟུང་བའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་ལས་སྦྱོལ། མེ་ཡིས་ཡི་དྲགས་  
 བཀྲེས་རྣོས་གྱི་སྤྲུག་བསྐྱེད་ལས་སྦྱོལ། རྒྱུ་གིས་དཔྱལ་བ་ཆ་གང་གི་སྤྲུག་བསྐྱེད་  
 ལས་སྦྱོལ། ཡི་གེ་དུག་མ་འདིའི་ཡན་ཡོན་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་དུག་ལ་འཇུག་  
 པར་བྱེད་དེ། ཡི་གྱིས་སྤྱིན་པའི་ཡར་ཕྱིན་རྣོས་མ་ཡིས་བཅོམ་འགྱུས་  
 ཡར་ཕྱིན་རྣོས་ཁེ་ཡིས་རྩལ་བྲིམས་ཡར་ཕྱིན་རྣོས་སང་གིས་ཤེས་  
 རབ་ཡར་ཕྱིན་རྣོས་མེ་ཡིས་བཟོད་པའི་ཡར་ཕྱིན་རྣོས་ལྷོ་གིས་བསམ་  
 གཏན་ཡར་ཕྱིན་རྣོས་པ་སོགས་ཡན་བདེ་ཀྱན་གྱི་འབྱུང་གནས་གསུང་མཆོག་  
 ཡི་གེ་དུག་མ་འདི་ལས་ལྷག་པ་མེད་དོ། །རང་རེ་ཁ་པའི་ལྟོངས་སུ་ཡི་མ་

ཁི་པ་རྩེ་རྒྱུ་ཞེས་ཡི་གེ་དྲུག་ལ་རྩེ་ ཞེས་འབྲུ་བདུན་དུ་འདོན། བྲག་དང་རྩེ་  
 དང་རས་སོགས་ལ་ཡིག་འབྲུ་འབྲུར་ཐོན་བརྟོས་པ་དང་བྲིས་པ་ཆེས་མང་བ་  
 ཞིག་མཐོང་། མ་ཁི་བཀའ་འབྲུམ་སོགས་མདོ་དང་བརྟན་བཅོས་གང་ལ་བརྟན་  
 གྲང་། མ་ཁི་དྲུག་མ་ཡི་གེ་དྲུག་མ་ཞེས་གསུངས་པ་ཁོ་ན་ཡིན་གྱིས། ཡི་  
 གེ་བདུན་མ་མ་ཁི་བདུན་མ་ཟེར་བ་ནི་རིམ་བཞི་རྩེ་རྩེ་སྟེན་དང་མཚུངས་སོ།  
 མ་ཁི་ཆོས་ཀྱི་ཡུང་ལོ་འདི་བྲག་དང་རྩེ་དང་རི་སོགས་ལ་བརྟོས་ཤིང་བྲིས་པའི་  
 ཕན་ཡོན་ནི། མདོ་སྡེ་བ་མ་ཏོག་ལས། གང་ལ་ལ་ཞིག་གིས་ཡི་གེ་དྲུག་མ་  
 འདི་བྲག་གམ་ཅིག་པའམ་རས་སོགས་ལ་བྲིས་ན། དེ་གང་གིས་མཐོང་བའི་  
 སེམས་ཅན་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སྲིད་པ་ཐ་མལ་  
 པར་གྱུར་ནས་ཟུར་དུ་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་དུ་  
 མཛོན་པར་རྫོགས་པ་སངས་རྒྱས་པར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར།  
 མ་ཁི་འདི་འབྲི་བརྟོས་བྱེད་པ་འཁོར་ལོ་བརྟོས་བ་སོགས་བྲིས་ན། གནས་  
 ལྟབས་བར་ཆད་སེལ་ཞིང་མཐར་ཐུག་རྫོགས་སངས་རྒྱས་པར་ཡིད་གཉིས་  
 ཐེ་ཆོམ་མེད་དོ། །

མ་ཁི་བགྲངས་པ། ཡི་དམ་སྟོམ་པ། འཁོར་ལོ་བརྟོས་བ་སོགས་  
 ཁོམ་ཅོག་འཛོམ་ན་བྱེད་རྒྱ་དང་། མ་འཛོམ་ན་ཉེན་མེད་བཏང་སྟོམས་སུ་  
 བཞག་ཅིང་། རྒྱལ་བཅན་ལྷ་སོགས་ལ། ལོ་མཆོད། ཞག་མཆོད་ནམས་  
 དུས་ཐོག་འབྲུབ་ངེས་མ་བྲིས་ན། གནོད་ཡོང་། བསྐྱལ་ཡོང་སྟམ་པས་

འདིགས་སྒྲག་རི་ཙམ་སྒྲེས་ནས། བྲེལ་བ་འཛུབ་འཛུབ་པགས་གོས་ཐུ་བྱང་  
 ཐུག་སྒྲེང་བརྒྱབ། མིག་དཀར་རྩིག་རྩིག་བགྱང། རྫོགས་མུམ་གུས་བདུད་  
 ཆེན་པོས་ཐུག་འཆལ་ཞིང་། རྫྱིབ་རོགས། མགོན་རོགས། སྤྱང་རོགས་  
 ཞེས་སྐད་རྒྱུས་པ་ཟང་ཟིང་བྲས་ནས། རུག་འདྲེ་རྒྱགས་པ་ཅན་དག་ལ། རུག་  
 འཕྲོད་བྲས་པའི་ལག་རྒྱུ་ནི། ཡུལ་ཡུང་ནང་ལོ་རྟོག་མི་ལེགས་པ་དང་། ན་  
 ཚ་རྒྱན་མི་ཆད་ཅིང་འཐབ་ཅོད་དང་རང་རྒྱལ་གཞན་པམ་ཤེད་རྒྱ་ཁོན་ལས།  
 བཀ་ཤིས་པ་དང་དོན་འགྲུབ་པའི་བདེ་སྦྱིད། ད་བར་མ་བྱུང་ན། ཐུས་ཀྱང་  
 འབྱུང་མི་སྲིད་པའི་གནད་རྟོགས་དགོས་པར་གལ་ཆེད།

མཁྱེན་རྟོགས་ལྡན་པའི་མཁས་དབང་མིའི་སེལ་དག་ལ། དད་འདུན་  
 ལྡན་པའི་བཀའ་ཡུང་ནི་མི་ཁུས། སྤྱང་པའི་ལོན་ཏན་ཁོང་དུ་མ་ཆུད་པའི་  
 རྩ་བུ་དག་གིས། ས་ཀྲོག་དུ་གནས་པའི་མི་ནམས་ལམ་ཀྲོག་ལ་བྲིད་ཅིང་།  
 འདི་ཐུ་གཉིས་ཐུང་གི་ཡུལ་ལ། འདི་ཐུ་གཉིས་ཀྱི་སྒྲུབས་བཅོལ་དུ་བརྩལ་  
 རྟེ། རི་མཐོན་པོ། ཐུག་འབྱར་ཐོན། ཤིང་རྩིག་པོ། མཆོ་སྤྱན་པོ། ཐམས་  
 ཅད་ལྟ་གནས་གཞལ་ཡང་ཁང་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན། འབྱར་འབྱར་ཡོད་ཆེ་  
 ཐོད་པ་གདུག རྫོན་པ་ཡོད་ཆེ་ལྷེ་ལེ་གདུག ཁ་གདངས་ཆེ་ཐལ་མོ་སྒྱར།  
 གདོང་མཛེས་ཆོད་དགས་ཤེད་རྒྱའི་ལུགས་སྒོལ་དེར་ཅུང་ཟད་དཔུང་ན་མོངས་  
 འཆལ་ཆེ་བ་ཞིག་དུ་སྤྲང་།

མ་ཁི་འཁོར་ལོའི་འབྱུང་ཁུངས་དང་ལོ་རྒྱུས་པན་ཡོན་ནི། རི་སྐད་

དུ། འངས་དཔལ་ཙ་རྒྱུད་ལས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ང་འདས་ནས། ཁོ་  
 གི་བཞི་བརྒྱ་ལོན་པ་ན། འདེམ་སྤྲོད་ལྷ་ཞེས་དེ་འཕོད་འབྱུང་། བཟུན་པ་  
 ལ་གི་དད་ཅིང་ཡན། ཞེས་གསུངས་པ་རྩུ་རྩུ་པ་ལ་སྟུན་རས་གཟིགས་ཀྱིས་ཡུང་  
 ཡབ་རྗེ་འགྲོ་བའི་མགོན་པོ་འཕགས་པ་རྒྱ་རྒྱུ་པ་ལ་སྟུན་རས་གཟིགས་ཀྱིས་ཡུང་  
 བཟུན་འདི་རྩུར་མཛད་དེ། ལྷ་ཡི་ཡུལ་གྱི་པོ་བྱང་ན། ལྷ་རྒྱུ་པ་བྱང་ལྷ་  
 སེམས་དཔལ་ལ། ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་མཐོང་ཐོས་དང་། འདེམ་ཅིང་རེག་  
 པ་ཅམ་གྱིས་ཀྱང་། འདེམ་སྤྲོད་གསུམ་གྱི་རྩུག་བསྐྱེད་ལས། ལྷ་རྒྱུ་པ་  
 བར་བྱེད་པ་གི། ཟབ་མོའི་ཆོས་འཁོར་གཅིག་འདུས་པ། བྱེད་ཀྱིས་ལོངས་  
 དང་སེམས་ཅན་གྱི། འོན་གྱི་རྒྱ་ཆེར་འབྱུང་བར་འགྱུར། ཞེས་གསུངས་  
 པ་བཞིན་རྒྱ་རྒྱུ་པ་ལྷ་ཡུལ་དུ་བྱོན་ནས་རྒྱ་རྩམས་ལ་དེ་བཞིན་གསུངས།

ལྷ་རྒྱུ་པ་པོའི་ཞལ་ནས། ངའི་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་མཐོང་ཐོས་དྲན་  
 རེག་ཅམ་གྱིས་འགྲོ་བ་རིགས་དུག་གི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད། ངན་སོང་  
 གི་རྩུག་བསྐྱེད་ཆེན་པོ་ལས་ལྷ་རྒྱུ་པ་བར་བྱེད་པའི་འཁོར་ལོ་འདི། ལྷ་  
 འདས་པའི་སངས་རྒྱུ་མཛད་མེ་མཛད་ཀྱིས་ངས་རྒྱ་རྩམས་ལ་གནང་ནས་རྒྱ་  
 རྩམས་བདེ་བ་དང་ལྷན་ཞིང་ལམ་བཟོད་པ་ཡང་དུ་མ་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ། ཆོས་  
 འཁོར་ཟབ་མོ་འདི་འཕགས་པ་སྟུན་རས་གཟིགས་ཀྱིས་སངས་རྒྱུ་མཛད་  
 ལ་ཞུས་པའི་གཟུངས་སྤགས་ཀྱི་སྤྲིང་པོ། ལོ་མ་ཁི་བརྗེ་རྒྱ་ཞེས་པ་འདི་སངས་  
 རྒྱུ་མཛད་ཅད་ཀྱི་སྤྲི་གསུང་བྲགས་ཡོན་ཏན་འཕྲིན་ལས་གཅིག་དུ་བསྐྱེད་

པའི་གཟུངས་སྐྱུགས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ཡིན་པས་ཁྱོད་ལ་སྟེར་རོ། ཁྱོད་ཀྱིས་ཀྱང་  
འཁོར་ལོ་བཅས་འདི། ས་ཁུ་མེ་རྩུང་ལ་ཁྱུགས་ལ་སངས་ཀྱས་ཀྱི་བརྟན་པ་  
དར་ཞིང་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་པར་འགྱུར་རོ། ཁྱེས་གསུངས།

རང་མེ་མདོ་སྐྱུགས་བྱུང་འབྲེལ་གྱི་བརྟན་པ་འདིར། རྟིག་སྒྲིབ་བྱང་  
ཐབས་དང་། དགེ་བ་སྤེལ་ཐབས་ནི། དཔེར་ན། ཟས་ཟ་བ་དང་། གད་  
བདར་བརྒྱབ་པ་སོགས་དགེ་བར་སྦྱར་ཐབས་མང་དུ་ཡོད་དེ། བཤེས་སྤྱིངས་  
ལས། ཁ་ཟས་སྒྲན་དང་འབྲ་བ་རིགས་པ་ཡིས། འདོད་ཆགས་ཞེ་སྟངས་  
མེད་པར་བརྟན་བགྱི་སྟེ། ཀྱུགས་ཕྱིར་མ་ལགས་བསྐྱེམས་པའི་ཕྱིར་མ་  
ལགས། མཚན་ཕྱིར་མ་ལགས་ལུས་གནས་འབའ་ཞིག་ཕྱིར། ཁྱེས་གསུངས་  
པ་ལྟ་བུ་དང་། འཕགས་པ་ལམ་རྒྱུང་གིས། རྩལ་སྤོང་དེ་མ་སྤོང་གསུངས་  
པའི་ལོ་རྒྱུས་ལྟ་བུའོ། གངས་སྤོངས་སུ་ཆེས་སྡོམ་པ་བརྟན་པ་ཉི་མ་ལྟ་བུ་  
ཤར་ཡོད་ཅེས་མཁས་གྲུབ་དུ་མས་མགིན་གཅིག་དུ་བརྗོད་པ་ལྟར་སྟོས་ཅི།

དཔེར་ན། འཇམ་མགོན་ས་སྐྱ་པཎྌིཏ་རྒྱན་ག་དུ་ཕེབས་ཞོར་སྟེར་  
ཁུལ་དུ་གདན་དྲངས་མཁན། ཤོ་དགོན་གྱི་བརྟན་བདག་འགོ་མགོན་རིན་  
ཆེན་གྱིས་སྟར་ཁམས་སུ་ས་སྤྱིང་བཀའ་གསུམ་གྱི་བརྟན་པ་ཉི་མ་ལྟར་ཤར་  
བ་མཛད། རྟེན་སུ་སྟེར་ཁམས་པ་ཀུན་མཁྱེན་གོ་བོ་རབ་འབྱམས་བསོད་  
ནམས་སེལ་དང་། བྲག་སྟེང་བཀའ་རབ་འབྱམས། སྡོམ་རབ་འབྱམས།  
གྲགས་པ་བཟང་པོ་སོགས་གངས་རིའི་ཁྱོད་དུ་གཞན་དྲིང་མི་འཛོག་པའི་མཁས་

དབང་དེ་དག་གི་དུས་སུ། རྒྱལ་བསྐྱེད་ཉི་འོད་འཕྲོས་ནས་འགྲོ་ཀྱན་ལུན་པ་  
 སེལ་ཁིང་མཛད་ཕྱིན་དགྲའ་ལ་བྱལ། ཕྱིས་སུ་སྤྲུལ་ཁྲུ་དུ་བྲག་རྟོགས་སོགས་  
 རྒྱ་སྤྱལ་ཐོག་པོ་མང་དུ་སྤྲེབ་ས། ཆོས་ལུགས་དབར་ལ་དབྱེན་དཀྲུགས་བྱས་  
 པ་དང་། ཁྲུང་ས་མེད་ཐོག་གཏམ་མང་པོ་བཤད་ཀྱང་རྒྱས་པ་བཀྲ་པའི་དུས་  
 མ་ཡིན། མཚོན་ཅམ་བཤད་ན། མ་ཆི་ལག་འཁོར་བསྐྱར་བ་སོགས་བྱེད་  
 ན་དག་བ་མེད་ཅིང་། ཉེས་པ་ཡོད་ཅེས་བཤད་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་སྤྲང་། མ་  
 ཆི་འཁོར་ལོ་བསྐྱར་བ་ལྟ་བུ་ཁྱོད་རང་ཆོའང་བསྐྱར་ན་ག་འདྲ་འདུག་གམ། མ་  
 ཆི་མེ་འཁོར་བཅུགས་པ་བཞིན་ཁྱོད་རང་ཆོའང་མེ་ཁར་བཅུགས་ན་ཅི་འདྲ་  
 ཡོང་ངམ། མ་ཆི་ལྟ་ལ་ཟམ་པ་ལྟར་གྲལ་བསྒྲིགས་ན། དེའི་སྤྲོད་དུ་ཆོའདས་  
 འགྲོ་མཁན་སུ་འདྲ་ཞིག་ཡོད་དམ། འཆམ་གོས་གོན་པ་དེ་གི་ཟིན་པའི་རོ་  
 གོས་སྤྲུལ་བརྒྱན་ན་སྤྲོད་པོ་ཅི་ཡོད་ཅེས་སོགས་མང་དུ་བཤད་པའི་སྤྲོལ་དེང་  
 སང་ལའང་། སྤྲུལ་ཁྲུ་ཡོད་པ་ཁོ་བོས་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་ཁིང་། འདི་  
 དང་འདི་འདྲ་བ་ཐོག་ཆོས་སྤྱོད་བ་དང་དགོད་བྱོ་འདེས་མ་མང་དུ་སྤྲང་། མ་  
 ཆི་འདོའི་འཁོར་ལོ་ས་ཆུ་མེ་རྒྱུད་གང་ལ་བཅུགས་ན་དགོ་ཆུ་ཡར་རྒྱ་ལྟར་འཕེལ་  
 པ་ཞིག་ཡིན་ཏེ།

མ་དྲུག་རུའི་རྒྱུད་འཁོར་ལས། །ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ཆེན་པོ་འདི། །སྤྲོད་  
 དུ་རྒྱུད་ལ་བཅུགས་པ་ན། །རྒྱུད་ཟེར་པོག་པའི་སེམས་ཅན་དང་། །རྒྱུད་  
 རྟོགས་གནས་པའི་འགྲོ་བ་རྣམས། །ངན་སྲོད་རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་ལས་གྲོལ་ལོ། །འོག་



ཏུ་མེ་ལ་བཅུགས་པ་ན། །དྲུག་རྩི་ཚོར་པའི་སེམས་ཅན་དང་། །མེ་འོད་  
 རྒྱུ་པའི་འགྲོ་བ་རྣམས། །ངན་སོང་སྤྱག་བསྐྱེལ་ལས་གྲོལ་ལོ། །ཁྱུ་ལ་འཁོར་  
 ལོ་བཅུགས་པ་ན། །ཁྱུ་དེར་གནས་པའི་སེམས་ཅན་དང་། །ཁྱུ་དེ་འབྲུང་  
 པའི་འགྲོ་བ་རྣམས། །ངན་སོང་སྤྱག་བསྐྱེལ་ལས་གྲོལ་ལོ། །ཆོས་ཀྱི་འཁོར་  
 ལོ་ཆེན་པོ་འདི། །རི་པོ་མཐོ་སར་བཅུགས་པ་ན། །རི་ལ་གནས་པའི་སེམས་  
 ཅན་དང་། །མཐོ་པའི་རིགས་ཀྱི་འགྲོ་བ་རྣམས། །ངན་སོང་སྤྱག་བསྐྱེལ་  
 ལས་གྲོལ་ལོ། །ཟམ་པའི་སྤྱང་དུ་བཅུགས་པ་ན། །ཟམ་དེར་འགྲིམས་པའི་  
 འགྲོ་བ་རྣམས། །ངན་སོང་སྤྱག་བསྐྱེལ་ལས་གྲོལ་ལོ། །ཞེས་སོགས་མང་  
 དུ་གསུངས་སོ། །མ་ཅི་ཆུ་ཐོག་བསྐྱེགས་པའི་སྤྱང་དུ་ཆོ་འདས་ཤིག་འགྲོ་དགོས་  
 པའི་དོན་མ་ཡིན་ཞིང་། མ་ཅིའི་འབྲུ་ལ་ཕོག་པའི་ཁྱུ་དེ་འབྲུང་ཆོ་སྤྱོད་ཆགས་  
 ཀྱན་ངན་སོང་ལས་སྦྱོལ་ཞིང་རོ་ཐུགས་ཀྱི་འདམ་དུ་མི་བྱིང་བར་ཕན་པར་  
 འགྱུར་རོ། །

འཆམ་གོས་སོགས་སྤར་མའི་ལུགས་སྒྲོལ་རྣམས་ཤི་བྱེན་པའི་མིའི་  
 རོ་གོས་སྤར་ཆུན་དུ་མི་རུང་ན། བཀའ་བསྟན་རྣམས་འདས་བྱེན་པའི་སྤར་  
 མའི་ཞལ་ཆེམས་ཡིན་པས་དོར་དགོས་པ་སོགས་ཏེ་ཅང་ཐལ་པའི་ཕྱིར་རོ། །མ་  
 ཅི་འཁོར་ལོ་བཅུགས་པའི་ཕན་ཡོན་ཤིན་ཏུ་ཆེ་སྟེ། ལུག་དོར་གྱིས། ཆོས་  
 ཀྱན་འཁོར་ལོ་ཆེན་པོ་འདི། །སྤྱང་གཏོན་གཟུང་དང་འོག་གཏོན་གྱ། །བར་  
 ཀྱི་བཙན་དང་འབྲུང་པའི་ཆོགས། །གནོད་བྱེད་ཐམས་ཅད་འདི་ཡིས་

ལུག་ཁེས་དང་། གླ་མེད་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུའི་རྒྱུད་ལས། ཡི་མ་ཁི་པ་རྩེ་  
 རྩེ་ཞེས་པའི་འཁོར་ལོ་བསྐྱར་བ་རེ་རེས་ཀྱང་། རང་གིས་བསྐྱར་བ་དེ་ཉིད་  
 ལ། གླ་མ་ནམས་ཀྱིས་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། ཡི་དམ་ནམས་ཀྱིས་དངོས་གྲུབ་  
 ལྗོངས། ཞེས་དང་། ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་རྒྱུན་མི་ཆད་པར་བསྐྱར་པའི་རྒྱུད་  
 ལས། ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ཆེན་པོ་འདི། ཤ་རྒྱ་མེ་རྒྱུད་འཁོར་ལོ་འཇམ། འདྲ་  
 བྱེད་ལག་པའི་འཁོར་ལོ་སོགས། མཐོང་བ་རྒྱུད་ཀྱི་ཕྱག་ལེན་ལྟར། ཤ་  
 ལྟ་གནམ་ལྟ་མ་ལོག་པར། ཁད་ལྟ་གྲོན་འབྲུལ་སྤང་བ་ཡིས། ལྟ་ད་  
 མེད་ཤིན་ཏུ་དག་པ་གཅེས། ཞེས་དང་། རྒྱལ་བ་བྱམས་པས། འཁོར་  
 ལོ་བསྐྱར་པའི་གང་ཟག་དེ། ཤངས་རྒྱས་རྫོང་གི་སྤྲུལ་སྤྱུ་འགྲུར། ལྟ་མི་  
 རྣམས་ཀྱི་ཕྱག་བྱར་འགྲུར། ཁི་ནོར་ཟས་གསུམ་དབང་དུ་འདྲ། ཞེས་  
 སོགས་མདོ་དང་བརྟན་བཅོས་དག་ལས་ཤིན་ཏུ་རྒྱས་པར་གསུངས་པ་རྣམས།  
 སྐབས་འདིར་མཆོན་ཅམ་བཀོད་ཡོད་ཅིང་། འཇིག་རྟེན་པ་ཆོར་རྒྱུད་རྟ་མཐོ་  
 པའི་རྒྱུད་རྟ་འང་འདི་ལས་ལྟག་པ་མེད། བར་ཁད་ལམ་སེལ་ཡང་འདི་ལས་  
 ལྟག་པ་མེད། བསམ་པ་རྩུན་འགྲུབ་ཀྱང་འདི་ལས་ལྟག་པ་མེད། མ་ཁི་  
 ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་འདིའི་ཡོན་ཏན་དྲན་བཞིན་པའི་ཐོག་ནས་ཡི་མ་ཁི་པ་རྩེ་རྩེ།  
 ཞེས་ཆོག་བདུན་མ་ཞིག་མི་གསུང་བ་གནང་རྟོགས་ཞེས་བདག་གིས་ཐལ་མོ་  
 ལན་བརྒྱ་ཀེར། གླ་སྤྱུལ་དགེ་བཤེས་ཀྱི་མིང་འཛིན་མཆོག་དམན་ཡོངས་  
 རས་མཁྱེན་རྟོགས་དགོས་པ་ཞིག་ལ་བརྟན་པ་ཉག་ཕྱར་ཕྱག་པའི་དུས་འདིར།

རྩོད་ཤགས་བཀྱེ་བའི་སྐབས་མ་ཡིན་པ་ཤེས་དགོས། རང་རྒྱལ་གཞན་པའི་  
 མི་ཚེར་ཁྱེད་ནས་ཆོས་ལུགས་པ་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་ཁ་དྲུང་གཏོང་བ་དང་།  
 མདོ་དང་བརྟན་བཅོས་གང་དུའང་ཁྱེད་སྐད་ཀྱི་མི་ཚེར་པའི་ཐོག་ཆོས་  
 ལྷ་ཆོགས་སྤེལ་བ་དང་། ཁྱེད་སྐད་ཀྱི་མི་ཚེར་པའི་ཕྱི་གནས་ལོ་རྒྱུས་འཆད་  
 ཡོང་ན་མགོ་རྩལ་པ་ཐང་ལ་མ་ལྟར་བར་ལུང་རིགས་ཀྱི་མཆོན་ཁ་འགྲན་རྒྱ་  
 ཡིན་ཞིང་མགོ་པོ་སྐྱར་ཐབས་ཅི་ལ་སྤྱོད།

ཅེས་མ་ཁྲིའི་ཡན་ཡིན་པའི་མེད་གཡུར་ལ་འགྲོ་ཁར་འཆབ་འཆུབ་ཆེན་པོའི་རང་དུ་བྱིས་  
 པས་ཤེགས་ཆ་ཆེན་པོ་རང་མ་མཆིས་ཤིས་སྤྱི་ལོ་༡༩༩༩ ལ་ཕོ་སྐྱེག་གི་ཡོར་རྒྱལ་བ་རྩ་ལས་བབས་  
 པའི་དུས་བཟང་ལ། ལུང་རིགས་སྤྱི་ཐོང་འཛིན་པའི་རྒྱ་སྤྱུ་ཞིག་གིས་བྲིས་སོ།

༄༅། །རིས་མེད་བརྟན་པ་རྒྱས་པའི་སྟོན་ལམ།

ས་གསུམ་འདི་ན་མཚུངས་པ་ཀུན་བྲལ་མཆོག།  
ཁམས་གསུམ་ལུན་སེལ་འདྲ་སྟོང་རྒྱ་མེད་པ།  
སྐབས་གསུམ་ཀུན་འདུས་ཟས་གཙང་སྤངས་པོ་ཡི།  
ཐེག་གསུམ་བརྟན་པ་སྤྲེགས་མཐར་རྒྱས་གྱུར་ཅིག།

རྩོམ་པའི་སྤྲེག་རུམ་སྤྲེག་པོ་གཞོམ་སྦྱང་དུ།  
ཐུབ་བརྟན་སྐྱ་རེངས་སྤང་བ་སྤྲེགས་བརྒྱར་བཀྲེས།  
འགྲོ་ཀུན་འདྲེན་པའི་དེད་དཔོན་མཆོག་ཏུ་གྱུར།  
ཐུ་འགྱུར་ཟབ་གསང་སྤྲེགས་ལས་རྒྱལ་གྱུར་ཅིག།

མདོ་རྒྱུད་སྟེང་འཐུང་དཀར་པོའི་དགའ་ཆལ་སྟོན།  
སྤང་བྱེད་ཐུབ་པའི་རྒྱལ་ཆབ་ས་སྐྱ་པའི།  
དེ་མེད་ལྟ་གྲུབ་འཛམ་གླིང་མངའ་དབང་བསྐྱར།  
བཤད་སྐྱབ་དབྱར་མཆོ་ལྟ་བུར་རྒྱས་གྱུར་ཅིག།  
བཀའ་སྤྲེག་ཐུ་པོ་གཅིག་ཏུ་འདྲེས་པའི་དཔལ།

---

གྲུབ་པའི་དབང་ཕྱག་རྒྱལ་མཚན་མཐའ་གྲས་བསྐྱེདས།  
རྒྱ་མཚོའི་ཤོས་ཅན་སྟེང་དུ་མངོས་པའི་རྒྱན།  
མཉམ་མེད་སྒྲུབ་རྒྱན་ཕྱོགས་ཀྱན་འབར་གྱུར་ཅིག།

གཞུང་ལུགས་ཚུ་གཏེར་ཆེན་པོ་གཅིག་དུ་འགྲེལ།  
འཆད་ཅིང་ཅོད་པར་འགྲན་པའི་རྒྱ་དང་བྲལ།  
བཀའ་གདམས་གསར་མ་དགེ་ལྡན་བཤད་པའི་སྟོལ།  
རབ་འབྱམས་ཁྱོན་ཀྱན་ཡོངས་སུ་བྱུང་གྱུར་ཅིག།

དྲིན་ཆེན་ཅ་པའི་བླ་མའི་བྱིན་རྒྱལ་དང་།  
རྒྱལ་ཆེན་སྟོན་ལམ་མ་ལ་ཡ་རྒྱུད་གིས།  
རྒྱ་ཆེན་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་བསྟན་པ་འདི།  
ས་ཆེན་འཇིག་རྟེན་ཁམས་ཀྱན་བྱུང་གྱུར་ཅིག།

མདོར་ན་དམ་ཆོས་རིན་ཆེན་གངས་རིའི་ངོས།  
ལན་གཅིག་མ་ཡིན་བཞུ་བའི་སྐལ་བཟང་རྟེན།  
དེ་སྤྲོད་སངས་རྒྱས་ངོ་ཐོར་མ་གྱུར་བར།  
དེ་སྤྲོད་དེ་ཉིད་རེག་པའི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག།

ཅེས་བཞུགས་ཀྱིས་སྒྲིན་ལམ་འདིན་ཕྱག་མཛོད་དམ་པས་བསྐྱལ་མ་ནན་དུ་གནང་བ་བཞིན་  
 གྱི་ལོ་༡༩༩༥ རང་ལོ་སོ་གཅིག་སོན་པའི་ཤིང་མོ་མེད་གཞི་ལོ་མཆུ་རྒྱ་པའི་ཆེས་ལེ་ ལ་གཙང་རོང་  
 དཔེན་ཁྲིད་དུ་བཀའ་ཆོས་ཀྱི་མཐུག་དུ་གུང་རི་ཀུ་མ་བཞུགས་འཛིན་ཀྱན་དགའ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཚན་  
 དུ་འཕོད་པས་སྐྱག་བྲིས་སུ་བབྲིས། བཞུགས་འགོ་ལ་ཕན་པའི་རྒྱུ་རྐྱེས་ཅིག

---

༡༡། །དང་སྤྱོད་དགེས་པའི་སྒྲོན་ལམ།

སྒྲི་རིན་ཆེན་གསེར་གྱི་འོད་མངའ་བ།  
འོད་སྤྱོད་གསུམ་འཕྲོས་པའི་སྤྲུའི་སྤྲུམ།  
ཐུགས་གཡོ་མེད་མཉམ་བཞག་སྒྲིལ་མོ་ཀྱང་།  
ཆེ་འདི་རུ་བདག་གིས་མཇལ་བར་ཤོག།

གནས་རིན་ཆེན་མ་ལྟ་དེ་རྩེ་གདན།  
དཔལ་རྣམ་འབྱེན་སྤྱོད་ཀྱན་འབྱུང་བའི་ཁིང་།  
མཁོན་ཟས་གཙང་སྤྲུམ་གྱི་གདན་ས་མཆོག།  
དུས་ཉག་དུ་འབྲེལ་མེད་མཇལ་བར་ཤོག།

རྩེ་ཟས་གཙང་སྤྲུམ་གྱི་རིང་ལུགས་ས་ལ།  
ཐོ་མིང་ས་བྱས་སྤྱིབ་གཉིས་མ་སྤང་བར།  
བྱ་བ་སྤྲོན་པའི་བྱ་བ་ཁོ་ན་ལས།  
དུས་མི་འདའ་འཛིན་རྒྱས་བྱབ་པར་ཤོག།  
ང་གན་རྩྭ་ལ་ཡི་རྩྭ་ན་གིང་དུང་།

---

ང་འཇིན་པའི་ཡུང་པོ་མ་དོར་བར།  
ང་བདག་མེད་ཆོས་དབྱིངས་སྒྲིམ་བྲལ་ལ།  
ང་དུས་ཀུན་མཉམ་བཞག་ཐུབ་པར་ཤོག།

ལར་འཇིག་རྟེན་ཁམས་འདིར་མ་གྲགས་པའི།  
དུས་ད་རེས་མདོ་སྒྲགས་ཟབ་ཆོས་དར།  
དཔལ་གིང་རྟ་རྒྱལ་གཉིས་གདམས་པའི་ལམ།  
མོད་པུད་གསུམ་དག་པས་རྟོགས་གུར་ཤོག།

རྒྱ་འཕགས་པའི་ཡུལ་ནས་ལེགས་བྲངས་པའི།  
རྗེ་གོང་མ་རྒྱལ་ལྡེའི་ལམ་སྒྲུབ་བརྟུང།  
ལམ་རྒྱལ་གསུམ་དག་པའི་གཙོ་བྱེད་པའི།  
དོན་འབྲུལ་མེད་ལྟ་སྦྱོང་མཐོང་བར་ཤོག།

མཁོན་སངས་རྒྱས་སྟོང་གི་སྒྲུབ་པའི་སྒྲ།  
ཕ་བྱིན་ཆེན་མཁོན་པོ་དགེ་བའི་བཤེས།  
བྱ་མཁོན་མེད་གྲང་རི་སྦྱང་པོ་ལ།  
མཁོན་བྱིན་རྒྱལ་སེམས་ལ་འཇུག་པར་ཤོག།



---

ཐག་རིང་པོ་འཁོར་བ་ཐོག་མེད་ནས།  
གནས་འདི་རུ་འབྱམ་པའི་མུ་ཏོ་བ།  
ལུས་ཉོན་མོངས་ཟིན་པས་ངལ་དུ་བ་དེ།  
གནས་འདི་ནས་ཟུར་དུ་གྲོལ་བར་ཤོག།

མ་སེམས་ཅན་པ་ཡུལ་གཅིག་མཐུན་ཀུན།  
རྒྱག་བསྐལ་བའི་ངང་རྩྱལ་ཉམ་ཐག་ལས།  
དུས་ཟུར་དུ་གྲོལ་ཏེ་བྱང་འདུག་སར།  
ཆེ་འདི་རུ་གོ་འཕང་ཟིན་པར་ཤོག།

སྟོབས་ཏེ་ཅང་ཆེ་བའི་ཁྱིམ་ཉིད་དང་།  
ཟས་དབུལ་བའི་ཁྱིམ་དུ་མི་སྦྲེལིང་།  
ང་པར་མའི་ཁྱིམ་དུ་སྦྲེས་གུར་ནས།  
དུས་ཉག་ཏུ་རབ་བྱུང་ཐོབ་པར་ཤོག།  
མ་རྗེ་བརྩན་དོ་རྗེ་ནམ་འཁྱོར་མ།  
སྦྱབས་རེ་ས་བྱིད་ལས་མ་མཆིས་པས།  
ཞིང་དག་པའི་མཁའ་སྦྱོང་རྒྱལ་ས་རུ།

---

## ཆོ་འདི་ཉིད་མུར་དུ་འཁོད་པར་ཤོག།

ཆེས་སྒྲོན་ལམ་འདི་རབ་བྱུང་བརྒྱ་བདུན་པ་རང་ལོ་ ༡༧ སོན་པའི་ཉི་རྩ་༡ ཆེས་  
༡༥ ལ་གྱང་རི་ཀ་རྩ་ཐེང་བ་འཛིན་པ་ཞིག་གིས་ནི་ཇི་གདན་བྱང་རྩལ་སྒྲོན་གིང་གི་འོག་དུ་འབྲུམ་  
ཕྱག་བཏང་དུས་བྲིས་སོ།

༡༡། །བསམ་གཞིགས་མ་བཅོས་སྒྲིན་པའི་རྒྱུ་

སྒྲིན་གསུམ་བཀའ་ངོན་སྒྲིལ་བའི་བྱུང་བདག་གི་དགོན་པོ།  
འཕགས་མཆོག་འཛིན་ཏེན་དབང་ཕྱུག་དུར་སྒྲིག་གི་ནམ་རེལ།  
དུས་གསུམ་སངས་རྒྱུ་གཅིག་འདུས་སྐྱབས་གནས་སུ་བཞུགས་པའི།  
འཛམ་གླིང་དེད་དཔོན་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཆོད་དེ་དན་ནོ།

གདན་གསུམ་གསང་བའི་དབང་བཞིའི་རྒྱུ་འཇུག་གི་རྒྱལ་སར།  
དབང་བསྐྱར་འཁོར་ལོའི་མགོན་པོ་རིགས་ཀྱི་བདག་པོ།  
པ་གཅིག་བཙེ་ཆེན་བསྟན་པའི་རྒྱལ་ཆབ་དུ་བཞུགས་ཤིང་།  
འགྲོ་བའི་འདྲན་མཆོག་སྐྱབས་མགོན་ཡོན་མ་དེ་དན་ནོ།

གསང་སྐྱགས་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་སྒྲིན་གྲོལ་གྱི་དབང་བཞི།  
སྐལ་ལྷན་གདུལ་བའི་རེ་མོས་ཐར་ལམ་གྱི་གྲུ་རིགས།  
བཅོལ་མཛད་ཏེ་རུ་ཀ་པ་ངོན་ཅན་གྱི་བླ་མ།  
རྗེ་བཙུན་འབྲུལ་ཞིག་དོ་རྗེ་འཆང་ཆེན་དེ་དན་ནོ།  
རིས་མེད་ཟབ་རྒྱས་ཆོས་ཚུལ་འོ་མ་ཡི་ཁྱ་གཏེར།

བསྐྱབས་པའི་ཉིང་ཁུ་སྒྲིན་མཛད་དུར་སྒྲིག་གི་རྫོས་གར།  
ཆེ་མེད་སྒྲིབ་པའི་སེལ་དབུས་གྱུར་དུ་བཞུགས་པའི།  
དེན་ཆེན་སྐྱབས་རྗེ་ཀུན་དགའ་དབང་ལྷག་དེ་དན་ནོ།

དཔང་དུ་བཞུགས་པའི་རིག་གཞུང་ཆང་ཆིང་གི་ཁྲོད་དུ།  
ཕས་ཤོལ་འདམ་བུའི་ལྗོན་ཤིང་ཆལ་བ་རུ་གཤགས་པས།  
རིག་ལམ་བརྒྱ་ཕྱག་སྒྲིབ་འབྲེད་སྒོ་བཟང་གི་མཆན་ཅན།  
རིག་པའི་དཔའ་པོ་རྣམ་གསུམ་སྤིང་ཁོང་ནས་དན་ནོ།

རིག་འཛིན་གསང་བའི་སྒྲིན་གྲོལ་རིམ་གཉིས་ཀྱི་ལམ་དུ།  
འདུས་པའི་གདམས་ཟབ་བདུད་ཅི་ཆུ་པོ་ཡི་རྒྱན་བཞིན།  
སྒྲེལ་ལ་འགྲན་བྲལ་མཆོག་གི་སྤྱལ་སྐྱུ་རུ་ཕྱོན་པའི།  
ཞུ་མེར་བསྟན་པའི་མཛེས་རྒྱན་སྒོ་ཆོས་དེ་དན་ནོ།

ས་འཛིན་དཀར་པོའི་རྩ་བསྐྱར་རྩོམ་ཡི་ལྗོངས་སུ།  
སྒྲིན་བརྒྱད་གྲུ་ཆར་འབེབ་མཁན་རྒྱལ་བ་ནི་ཀུན་གྱི།  
ངོ་བོ་གར་དུ་རྫོས་པའི་བྱེད་བདག་གི་མགོན་པོ།  
མཁས་དབང་རྩལ་བྱིམས་རྒྱལ་མཆན་སེམས་ཁོང་ནས་དན་ནོ།

རྩུགས་མཐར་ས་འཛིན་སུ་ཁྱད་ཐེང་བ་ལྟར་བསྒྲིགས་གིང་།  
 གཡུ་བཞུས་བྱུགས་འདྲའི་རི་བོ་སྤང་གཤོངས་ཀྱི་མར་གཤམ།  
 གདན་ས་དཔལ་གྱི་ཤོད་གོན་བཞིག་ཤུལ་ཞིག་མཛལ་བྱུང་།  
 ཆོས་རྗེ་འགྲོ་མགོན་འིན་ཆེན་མཛད་འཕྲིན་དེ་དཔྱད་ནོ།

ལེགས་བྲིས་གཞལ་མེད་ཁང་བཟང་ས་གཞི་ལ་འཕྲོས་འདྲ། །  
 འིན་ཆེན་བཅེགས་པའི་ལྟ་འདུས་གཙུག་ལག་གི་ཁང་ཆེན། །  
 ལྟ་མི་འབུམ་གྱིས་སྤུལ་བའི་གནས་མཆོག་རང་མཛལ་བྱུང་། །  
 མེས་ཀྱིས་སྤྲོང་བཅན་སྤམ་པོའི་མཛད་རྗེས་དེ་དཔྱད་ནོ། །

གཉིས་འཐུང་སྟོང་གིས་བསྐྱར་འདྲའི་ས་འཛིན་གྱི་དབུས་སུ།  
 ཆོས་མཐོ་རྫོང་ཆེན་དམར་པོའི་པོ་བྱང་ཞིག་མཛལ་བྱུང་།  
 འགྲོ་མགོན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོའི་ལུགས་གཉིས་ཀྱི་ཆོས་སྤེད།  
 བོད་གཞུང་འཕེལ་བྱུང་འགྲོ་བའི་གནས་སྤངས་དེ་དཔྱད་ནོ།

གཡུ་འབྲུག་སྟོན་མོ་ལངས་འདྲའི་གྲོན་འཕྱར་གྱི་འགམ་འོགས།  
 སྤྲིན་དཀར་ཐང་ལ་འཕྲོས་པའི་ཞེ་གོང་གི་ཆོས་རྗེ།

དཔལ་ལྷན་གྱི་པག་ག་གྲ་ཚང་འདུན་ཚོགས་དེ་མཇལ་བྱུང་།  
འཕགས་ཡུལ་ཚས་སྡེ་ཆེན་པོ་ལྷང་ལྷང་དུ་དྲན་ནོ།

གཡའ་མས་ར་བ་བསྐྱོར་བའི་དཔེན་ཁྲོད་ཀྱི་རོས་སྤྱ།  
འཇའ་ལུས་འོད་གུར་ཞུགས་པའི་གུང་ཐང་གི་རས་ཁུང་།  
སྤྱིད་བཟུང་འགོ་བའི་མགོན་པོ་རིན་ཆེན་གྱི་སྤྱེས་འཛིན།  
གྲུབ་དབང་གུང་རི་ཀམ་འི་སྤྱེས་རབས་དེ་དྲན་ནོ།

གནམ་མཐོངས་ས་ལ་ཉལ་འདྲའི་རྩ་ཐང་གི་སྤྱང་དུ།  
བཤད་སྐྱབ་འཇམ་དབྱངས་སྒྲིང་ཞེས་པ་དན་ལྷར་གྲགས་པའི།  
ལུང་རིགས་སྤྱབའི་ཁྱུ་ཚོགས་དགེ་འདུན་ནམས་མཇལ་བྱུང་།  
ཡ་གཅིག་དྲིན་ཅན་སྒྲ་མའི་བཀའ་ལུང་དེ་དྲན་ནོ།

ཞེས་པའདིན་གྱི་ལོ་ ༡༩༧༥ མེ་པོ་ཀྱི་པའི་ལོ་རང་ལོ་མོ་གཉིས་མོན་པའི་བརྟེན་བསྐྱབ་  
ཀྱི་དུས། ཅུ་པའི་སྒྲ་མའི་འཕྲིན་ལས་དང་སྤྱར་ཁུལ་དུ་ཐོག་མར་ཆགས་པའི་དགོན་སྡེ་ཁག་དང་།  
ཁོ་ལོས་བཞེངས་པའི་བཤད་གྲུབ་ཅས་འཆར་སྤྱང་ལ་ཇི་ལྷར་ཤར་བ་བཞིན་གུང་རི་ཀམ་སྤྱེ་མིང་པ་  
ཞེས་གིས་ཤར་མར་སྤྱེ་ལ།

༄༅། །ཇི་མ་མའི་བཀའ་དྲིན་དྲན་པའི་མགུར།

འགྲོ་ཀུན་གྱི་ཐུབ་དབང་ཤུགས་ཀྱི་ལ།  
གོས་དུར་སྒྲིག་འཆང་བའི་རབ་བྱུང་ཟླ།  
དེའི་ཇི་ས་འབྲང་ཅམ་གྱི་ལུས་རྟེན་འདི།  
ཇི་མ་མ་ནམས་གྱི་བཀའ་དྲིན་ཡིན།

རྟེན་དལ་འཁྱོར་ཡིད་བཞིན་ནོར་ལས་ལྷག།  
ལར་འདི་འདྲ་རྟེན་པ་ད་རེས་ཅམ།  
བསམ་ཤེས་ན་སྒྲིག་སྤྱོད་ཆོས་ཚུལ་དྲན།  
ཇི་མ་མ་ནམས་གྱི་བཀའ་དྲིན་ཡིན།

བདག་སྒྲོ་གྲོས་དམན་པའི་གཞིན་རྒྱ་རྩ།  
རྟོགས་དཀའ་བའི་ཟབ་ཆེ་གཞུང་ལུགས་གྱི།  
དོན་འབྲུལ་བྲལ་གོ་བ་ཅུང་ཟད་རྟེན།  
ཇི་མ་མ་ནམས་གྱི་བཀའ་དྲིན་ཡིན།  
ང་སྐྱེ་བ་བརྒྱ་ཕྱག་དུ་མ་རྩ།

---

སེམས་ཏྲ་པོ་འཁོར་བའི་ཐང་ལ་ཤོར།

ཁ་སྐྱར་མཁན་བླ་མེས་གསེར་སྤུང་འདི།

རྩེ་བླ་མ་ནམས་ཀྱི་བཀའ་བློན་ཡིན།

མགོན་འཕྲུལ་པའི་རིགས་དྲུག་པ་མ་ནམས།

མགོན་བྱང་ཆུབ་གྲུ་གཟེངས་ལེགས་ཞུགས་ནས།

ཞིང་བཟང་པོའི་སྤང་དུ་འབྲིད་ལམ་ཤེས།

རྩེ་བླ་མ་ནམས་ཀྱི་བཀའ་བློན་ཡིན།

སེམས་ངང་པ་འཁོར་བའི་བྱ་མཆོའི་དབུས།

གཞི་བདེན་གཉིས་གཤོག་ཡངས་དཀར་པོ་ཡིས།

ལམ་ཐབས་ཤེས་ས་ལ་ཁྲིང་རྩྭ་ཤེས།

རྩེ་བླ་མ་ནམས་ཀྱི་བཀའ་བློན་ཡིན།

ཆོས་རྟེན་འབྲེལ་ཟབ་མོའི་ལྷ་བ་དང་།

བྱམས་སྤིང་རྩེ་འབྲེས་པའི་སྤྱོད་པ་གཉིས།

དོན་བསྐྱེས་ལྷན་མེད་པར་ཡིད་ལ་བློན།

རྩེ་བླ་མ་ནམས་ཀྱི་བཀའ་བློན་ཡིན།



སེམས་གསལ་སྒྲིང་ཚུན་ཆ་གཟུགས་དེ།  
ཡུལ་གང་ལ་གཟུང་འཛིན་དངོས་ཀྱི་བྲལ།  
དབྱིངས་རང་བཞིན་འོད་གསལ་ལྟ་བ་ཤེས།  
རྩི་མ་ནམས་ཀྱི་བཀའ་དྲིན་ཡིན།

ལུང་རིགས་པ་ཡིད་ཆེས་དྲི་མེད་གཞུང་།  
ང་སྒྲིས་མེད་ཐོབ་བསམ་ཚུ་ཐིགས་ཙམ།  
དུས་མི་འདྲ་དཀའ་བ་ཅུང་ཟད་རེག།  
རྩི་མ་ནམས་ཀྱི་བཀའ་དྲིན་ཡིན།

ཞེས་པ་པདྨ་ཤོང་མའི་ཞལ་སྒྲོབ་ཏུ་སྒྲོན་གྱིས་རིང་མོ་ནས་སྐུ་པའི་ཞེ་གནས་དམར་བྲིང་  
ཐུང་སྐབས། རྩི་མའི་བཀའ་དྲིན་དྲན་མགུར་ཞིག་ནན་སྐུ་བྲལ་པ་དེ་བཞིན་གུང་རི་ཐུང་འཛིན་  
པས་ཕྱགས་ཁང་རི་ཁྲིད་དུ་བྲིས།

༡༡། །ཞལ་གདམས་ཁུ་བྱག་སྔོན་མིའི་དབྱེས་སྒྲ།

རྗེ་དུས་གསུམ་སངས་ཀྱིས་སྒྲུ་མངོན་པའི།  
པ་ཁུབ་བདག་མགོན་པོ་དགེ་བའི་བཤེས།  
ཐུགས་མཁྱེན་བརྩེའི་གཟིགས་པ་ཡངས་པའི་འོག།  
བུ་ནམ་ཡང་མི་འདོར་དྲག་སྦྱངས་མཛོད།

གངས་ཁྲོད་ཀྱི་སང་གོ་དཀར་མོ་ང་།  
འིམ་གཉིས་ཀྱི་གཡུ་རལ་ཀྱིས་པའི་འབྲས།  
རང་སེམས་ཀྱི་གངས་འི་ཆེན་པོའི་འོགས།  
སྒྲིས་བྲལ་གྱི་སྒྲ་བའི་བུ་ཡུག་འཁྱབ།

སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ལ་སྲུན་སྒྲང་ཤར།  
འཇིག་རྟེན་གྱི་ཆོས་བརྒྱད་གྲོགས་སུ་འཛིན།  
གོ་ལོག་གི་ལམ་སྤྱོད་ལ་འདི་འདྲ་ལ།  
མགོན་ཁྲོད་ཀྱིས་གཟིགས་ན་སྟིང་རེ་རྗེ།

བྲག་དཀར་གྱི་གསེབ་གྱི་ཐང་དཀར་ང་།  
མ་བཅོས་གྱི་གཉུག་མའི་རང་སེམས་ངང་།  
འོད་གསལ་གྱི་གཤོག་སྒྲོ་ཡངས་པོ་ཡིས།  
སྒྲོང་ཉིད་གྱི་དབྱིངས་སུ་དལ་བུ་ཞིང་།

ནམ་ཉིག་གི་སྤང་ལམ་དོག་པོ་རུ།  
ཆགས་སྤང་གི་རྒྱང་རྟ་རབ་ཞོན་ཏེ།  
བག་མེད་གྱི་ཁྲིམ་དུ་འབྱམ་བའི་ཚུལ།  
མགོན་ཁྲོད་གྱིས་གཟིགས་ན་སྤིང་རེ་ཇེ།

མཚོ་ངོགས་གྱི་ངང་ཕྱག་སེར་པོ་ང་།  
དགེ་འདུན་གྱི་འདུས་པའི་ཚུ་གཉེར་དབུས།  
སྒྲིམ་གསུམ་གྱི་པད་མའི་སྤྱབས་གཙང་ལ།  
ཆོས་གོས་གྱི་གཤོག་སྒྲོ་ལུས་ལ་བརྒྱན།  
ཐོག་རྩན་གྱི་ནམ་པ་ཁྱད་མེད་པའི།  
ཆོས་འབག་གི་གོས་གྲོན་སྤང་པོའི་བུ།  
གཡོ་ཐབས་གྱིས་འདེགས་འཛོག་བྱེད་པ་འདི།  
མགོན་ཁྲོད་གྱིས་གཟིགས་ན་སྤིང་རེ་ཇེ།

མཚོ་གསེབ་ཀྱི་གསེར་མིག་ཉ་ཆུང་ང་།  
རང་གྲོལ་གྱི་གསལ་སྒྲོང་བྱང་འདུག་ལ།  
གདམས་ངག་གི་གསེར་མིག་བལྟས་བཞིན་དུ།  
འཇའ་འོད་ཀྱི་མཚོ་ཆེན་ངོས་སུ་ཟྱེང་།

སྤྱག་བདེན་གྱི་ཡུང་པོ་གྲུ་པོ་ཆེར།  
བདག་འཛིན་གྱིས་དབང་མེད་ཞིན་བཞིན་དུ།  
ཉོན་མོངས་ཀྱི་དུག་མཚོའི་ནང་དུ་འགྲིམ།  
མགོན་ཁྱིད་ཀྱིས་གཟིགས་ན་སྒྲིང་རེ་རྗེ།

ནགས་གསེབ་ཀྱི་རྒྱ་སྟག་ཁྲ་པོ་ང་།  
མདོ་སྟགས་ཀྱི་ཆང་ཆིང་རིང་ལུགས་ལ།  
བཙོན་འགྲུས་ཀྱི་ངར་སྒྲ་ཆེན་པོ་ཡིས།  
ཉིན་མཆན་གྱི་ཁོར་མོ་དབྱེར་མེད་འབྲང།

སྤང་རྟོག་གི་གྲུབ་པའི་འཛིག་རྟེན་ན།  
ཚུལ་འཆོས་ཀྱི་ཆང་ཆིང་འགྲིམ་པའི་བྱས།

དོན་མེད་གྱི་ལས་ལ་འབད་ཚུ་ལ་འདི།  
མགོན་ཁྱོད་གྱིས་གཟིགས་ན་སྤོང་རེ་རྗེ།

མདོ་ཁམས་གྱི་གུང་རི་ཕྱང་འཛིན་ང།  
ཡ་རྗེ་ཁོང་གི་ཞབས་རྗེས་མི་སྟེག་པ།  
འཁོར་སྤང་གི་འདུ་འཛིའི་འཕྲང་ལ་ལྷུང་།  
མགོན་ཁྱོད་གྱིས་གཟིགས་ན་སྤོང་རེ་རྗེ།

ཕ མནར་མེད་གྱི་ལྷགས་བསྟེགས་ས་གཞིའི་སྤོང་།  
མེ་ཕུར་གྱི་འབར་བའི་ཐང་ད་གྱི་ལ་ན།  
ཆ་བསྟན་གྱི་བཟོད་དཀའི་ལུས་ཤོངས་འདི།  
དུས་དེ་རིང་བསྟེགས་ཀྱང་སྒྲར་ཡང་སོས།

མེ་སྟན་དུ་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ཏེ།  
སྟོག་གཅོད་གྱི་ལས་ངན་རྣམ་སྟོན་ཡིན།  
འཆོ་མེད་གྱི་ལམ་བཟང་ནན་པོ་སྟོམས།  
ཆོས་དགེ་རུ་བརྩོན་ཅིག་རིགས་བཟང་བྱ།  
གཅོད་རོང་གི་འབྲུག་པའི་གངས་ཁྱོད་ན།

---

ཁ་བ་ཡི་བྱ་ཡུག་འཛུབ་འཛུབ་འབབ།  
གང་དུལ་པའི་དུལ་ཁམས་བརྒྱད་པོ་ནང་།  
ལུས་དེ་རིང་གས་ཀྱང་སྒར་ཡང་སོས།

གང་རྫོད་ལ་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ཏེ།  
གཞན་གཞོད་ཀྱི་ལས་ངན་ནམ་སྒྲིན་ཡིན།  
གཞོད་བསམ་ཀྱི་སྦྱོད་པ་རིམ་བཞིན་སྦྱངས།  
ཆོས་ཉམས་སུ་ལོངས་ཤིག་རིགས་བཟང་བྱ།

རང་ལག་གིས་བསད་པའི་ར་ལུག་དེས།  
གདོང་ལྷགས་ཀྱི་རི་བོ་ཡི་རེ་བ།  
ངོ་ཤེས་ངེས་པའི་ཚུན་ཀུན་ནས་རྒྱག །  
ལུས་དེ་རིང་བཙོར་ན་སྒར་ཡང་སོས།  
ཁོ་མ་ལ་མཁས་ཉགས་མ་ཡིན་ཏེ།  
སྒར་མཆོན་གྱིས་བསད་པའི་ནམ་སྒྲིན་ཡིན།  
གསོད་སེམས་ཀྱི་སྒོ་ཤུགས་རིང་དུ་དོར།  
ཆོས་ལ་ཕུར་སྐྱབས་མཛོད་རིགས་བཟང་བྱ།

---

སྒྱུ་ཐལ་ལེ་ལམ་ཞིག་ཡོད་སྒྲུང་གར།  
བྲོས་འགྲོ་བའི་མེ་མ་མུར་རུ་ནང།  
བྱིང་ཙམ་ནས་བཟོད་སྒྲགས་དཀའ་བའི་འོག།  
དུས་དེ་རིང་ཤིན་སྒྲར་ཡང་སོས།

མེ་ཐབས་ལ་མཁུས་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
མགོ་སྒྲར་གྱི་ལས་ངན་ནམ་སྒྲིན་ཡིན།  
ཞུམ་མེད་གྱི་ལྷག་བསམ་དང་པོར་བཙོན།  
ཆོས་སྒྲིད་དང་མ་འདྲེས་རིགས་བཟང་བྱ།

ཡུལ་ལྗོངས་ཀྱི་འབབ་ཚུ་སྒྲོ་སེང་སེང།  
སྒྲེབས་ཙམ་གྱི་རོ་བྱགས་འདམ་དུ་བྱིང།  
འབྲུ་ལྷགས་ཀྱི་མཚུ་ནོན་ཕྱག་ཕྱག་གིས།  
དུས་དེ་རིང་བརྒྱལ་ན་སྒྲར་ཡང་སོས།

འབྲུ་ཕྱག་པའི་བཟང་རྟགས་མ་ཡིན་ཏེ།  
རྒྱན་མ་ལ་གནོད་པའི་ནམ་སྒྲིན་ཡིན།  
རྒྱན་ལོག་པའི་ལམ་ཕྱན་མི་འགྲོ་བས།

---

ཁྱེ་འབྲས་ཀྱི་ནམ་གཞག་སྤངས་ཤིག་བུ།

ནེའུ་གསིང་གི་ནགས་ཚལ་བརྩིད་ཆགས་དེར།

ཕྱན་ཙམ་གྱི་སྤྱི་གྱི་ཚོ་ངར་ཐང་།

ལུས་ལྷགས་པའི་ག་རུས་དུམ་བུ་གདུབས།

དུས་དེ་རིང་འགྲེལ་ན་སྐར་ཡང་སྤོས།

གྱི་ཚོ་བའི་མཚོན་དྭགས་མ་ཡིན་ཏེ།

སྤྱི་ག་བཅད་ཀྱི་བགྱིས་སྤུལ་ནམ་སྤྱིན་ཡིན།

དབང་བཅན་གྱིས་སྐྱ་འདྲན་མ་བྱེད་ཅིག།

གཞན་པོ་གྱིས་སྤྱོད་ས་ཤིག་རིགས་བཟང་བུ།

ཨ་ ལུལ་པ་གི་བཀའ་སྐྱོམ་གྲོང་ཁྱེར་ན།

ཟས་ད་ལྟ་ཐོས་ཀྱང་ད་ལྟ་ལྟོགས།

ཁོ་ཡི་དྭགས་གསུམ་པ་ཆེ་མིན་ཏེ།

སྐར་སེར་སྐྱ་ཆེ་བའི་ནམ་སྤྱིན་ཡིན།

དབྱིད་ཕུན་ཚོགས་འདུ་བྱེད་སོན་ནའང་།

དེ་རྩ་ཅེ་འཁྱེལ་བ་ལྟར་མཁྱེན་ནས།



---

སེམས་སེར་སྒྲ་སྤྲོངས་ཤིག་དང་ལྡན་ཀྱང་།

སྤྱིན་སྤྲོགས་མེད་སྤྲོངས་ཤིག་རིགས་བཟང་བྱ།

གནས་མ་གཤུང་འགྲོའི་སྤྲོང་གསེབ་ན།

སྤྱག་ད་ལྟ་སྤྲོང་ཡང་ད་ལྟ་བཞིན།

ཁོ་དྲུང་འགྲོ་བཞིན་འདོད་མ་ཡིན་ཏེ།

གཏི་མུག་པའི་གོམས་འདྲིས་ནམ་སྤྱིན་ཡིན།

ལར་སྤྱུ་མའི་སྤྲོས་གར་ལྟ་མོ་འདིར།

ལས་ཅི་སྤྲང་སྤྱིག་རྒྱུའི་རྒྱུ་མཐོང་ནས།

གཏི་མུག་པ་སྤྲོངས་ཤིག་རི་རྒྱལ་བཞིན།

སེམས་ཏིང་འཛིན་སྤྲོས་ཤིག་སང་གའི་བྱ།

ལྟ་ཡག་དགའ་ལྡན་ཞིང་མཆོག་ན།

འབྲུ་དེ་རིང་བཏབ་ན་སང་ཉིན་སྤྱིན།

ལྟ་མོ་ནམ་མཁའ་རྟགས་མ་ཡིན་ཏེ།

ཆོ་སྤྲོན་མར་སྤྱིན་པའི་འབྲས་བྱ་ཡིན།

སྤྲོབས་མངའ་ཐང་ཅན་གྱི་རྒྱལ་པོ་དང་།

---

སྒྲིང་དབྱུག་པ་འཛིན་པའི་མཐར་འགྲིམ་གཉིས། །  
སྦྱིན་གང་གཏོང་སེམས་ལ་རག་ལས་ཞེས། །  
རྩི་མི་ལའི་གསུང་བཞིན་སྦྱོངས་མཛོད་བུ། །

གནས་པ་གི་ལྷ་མིན་གྲོང་ཁྱེར་ན། །  
འཐབ་ཚོད་པས་གི་ཤེའོ་ནའི་འོག །  
དུས་ད་ལྟ་འཆི་ཡང་ད་ལྟ་སོས། །  
ལྟས་རྩ་འཕུལ་བྱས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །

སྒར་འཐབ་ཚོད་བྱས་པའི་ནམ་སྟིན་ཡིན། །  
གཞན་འཐབ་ཚོད་མ་བྱེད་གཞན་པན་སྟོམས། །  
བཟོད་གསུམ་ལ་མཐའ་རུ་མ་བྱིན་བར། །  
ཆོག་རྩལ་པོ་སྦྱོངས་ཤིག་རིགས་བཟང་བུ། །

བར་མི་ཡུལ་སྲིད་པའི་འདམ་མཆོའི་དབུས། །  
སྦྱེ་འཆི་ཡི་འགག་མེད་འཁོར་ལོ་འདི། །  
ཤེས་བཞིན་དུ་དབང་མེད་སྐྱག་ལ་འདུག །  
མི་སྦྱང་གྲང་མི་འཛོམས་མ་ཡིན་ཏེ། །

སྤར་ལེ་ལོ་གོམས་པའི་ནམ་སྒྲིན་ཡིན། །  
 རྟེན་དཀར་བའི་མི་ལུས་ལན་གཅིག་འདིར། །  
 ད་ལེ་ལོ་སྤངས་ཤིག་དལ་འཁྱེར་སོམས། །  
 བྱ་བཅོམ་འགྲུས་ལ་ཕུར་སྐྱབས་མཛོད་ཡང་། །

དེང་ཚོད་པའི་དུས་ཀྱི་མཐའ་མ་རུ། །  
 ཆོས་བྱང་པོ་སྒྲིན་ཟོག་པོ་མཐོང་། །  
 གཏམ་བྱང་པོ་བཤད་ན་སྤྲིང་རྒྱུང་ལང་། །  
 བྱ་དཀར་བའི་དུས་ཀྱི་མཐའ་མ་རེད། །

བྱ་དད་འདུན་ལྡན་པ་ཁྱེད་ནམས་ཀྱིས།  
 གནད་འདི་ཙམ་མཐོང་ན་འཁོར་བའི་ལས།  
 ཞེན་ལོག་པར་ཡོང་ལ་རེ་སྐྱལ་འདི།  
 ཐུགས་འཐད་པོ་བྱུང་ན་དེ་བཞིན་མཛོད།  
 རྗེ་སྒྲ་མའི་གསུང་གི་ཤུལ་ལམ་ལ།  
 བསམ་ཞིབ་པ་དཔུང་ནས་རྟེན་པའི་དོན།  
 ས་རྒྱལ་ཁམས་འགྲིམ་པའི་ལག་བསྟར་འདི།

---

བུའི་ཕུག་ཏུ་ཕུལ་བས་གཅེས་པ་མཛོད་༥༥

ཡེ་གོང་མའི་ཞལ་སྒྲོབ་རི་བྱོན་པ༥༥

བྱོན་དང་ལྷན་དུ་མས་ཨ་ཤེ་དང་༥༥

རྒྱ་རིན་ཆེན་གཉིས་པ་མདུན་ཕུལ་ནས༥༥

མགུར་འདི་འདྲ་ནན་དུ་བསྐྱལ་བའི་རོང་༥༥

རྩེ་གུང་ཐང་རས་རྒྱུ་སྒྲིམ་འཛིན་པ༥༥

དཔལ་འགོ་མགོན་གུང་རི་ཀམ་ཡི༥༥

མཚན་གལ་མཐར་རྒྱུད་པའི་བྱ་སྤྱུ་ཀྱ༥༥

བུ་རྩལ་ཞུགས་འཛིན་པ་ཞིག་གིས་སྤྲེལ༥༥

ཞེས་མགུར་འདི་གོང་མའི་ཞལ་སྒྲོབ་རི་བྱོན་པ་དུ་མས་ནན་དུ་བསྐྱལ་བས་རང་ལོ་སོ་  
གཉིས་སོན་པའི་བྱི་ལོ་༡༧༧༥་ཤིང་མོ་པག་གི་ལོ་མཆུ་རྒྱ་པའི་ཆེས་༡༥་ཉིན་གཙང་རོང་རི་བྱོན་ལ་  
དགས་པོ་ཐར་རྒྱན་བཀའ་ཆོས་ཀྱི་མདུག་ཏུ་གུང་རི་ཀམ་སྒྲིམ་པས་སོལ་བུང་དུ་བགྱིས་པའོ༥༥

༡། །པོངས་པའི་ལམ་ལ་འདུག་པའི་ཀ་ཐེང་།

ཀ་དག་ཚས་ཀྱི་མངོད་འཛིན་སྤྲུལ་གཙང་གི་སྤྲུལ་པོ།  
ཁ་སྤྱོར་ཡན་ལག་བདུན་ཟུན་རྫོགས་སངས་ཀྱིས་གསོན་དང་།  
ག་ལེར་ཞིབ་དུ་བཞུགས་ན་མི་ཡུལ་གྱི་བྱིས་པ།  
ང་ནི་སྤྱད་པའི་རྟེན་ལ་འཁོར་ཚུལ་དེ་ཡངས་པ།

ཅ་རེ་ཁོང་ཁྱོད་ཀྱི་པོ་འཆབ་འཚུབ་དུ་ལངས་ཤིང་།  
ཆ་ལུགས་ཞི་དུལ་ཉམས་པའི་རྫོགས་བྱུང་།  
ཇ་ཆང་ག་ཁྲག་ངེས་མེད་དུག་ཟས་ལ་རོལ་རྟེ།  
ཉ་ཉིག་མོངས་པའི་གུལ་དུ་སྤྱོད་དགོས་དེ་ཡངས་པ།

ཏ་ཐུག་ཏའི་གསུང་རབ་གངས་རི་ཡི་འདབས་སུ།  
ཐ་ཆད་བདག་གིས་འཆད་དང་ཚྱོད་པ་རེ་བྱས་ཀྱང་།  
ད་ལྟའི་སེམས་ལ་ཞིབ་ན་དགོད་ཁྱོ་ལས་མི་འདུག།  
ན་གཞིན་དབང་ཤུགས་ཆེ་བའི་ཉམས་ལེན་དེ་ཡངས་པ།  
པ་ཏའི་རིས་ལྟར་སེམས་འདི་གཡོ་ཐབས་ལ་འཁྱོག་ཅིང་།

ཕ་མར་གྱུར་པའི་སེམས་ཅན་མགོ་བོ་རང་བསྐྱར་ཏེ། །  
བ་ལང་ལྟ་བུའི་བ་འབྲུང་ཉལ་གསུམ་ལ་འཇོམས་ནས། །  
མ་དག་འཁོར་བའི་འདམ་དུ་བྱིང་ཚུལ་དེ་ཡངས་པ། །

ཙ་ཏུར་འཆི་བདག་གཤེན་རྗེའི་ཐག་སྐྱད་གྱིས་བཅིང་སྟེ། །  
ཙ་དང་གང་ངར་བཟོད་པ་དགའ་བ་རེ་སྟོང་ཆོ། །  
ང་ལང་ཚུབས་སྟོད་ཕུར་སྐྱ་གནས་ས་རུ་བཀང་དུས། །  
ཕ་ལྟར་སྐྱད་སྐྱ་འཆོ་རེ་འགྲེལ་དགོས་དེ་ཡངས་པ། །

ཞ་གོས་བྱམ་གྱིས་སྤྲས་ཏེ་བྲི་མཐོན་དུ་བཞུགས་ནས། །  
བ་འབྲུང་ཆོགས་འཁོར་བསྐྱར་ཞིང་གཞན་བཅོམ་གྱི་ནམ་སྟེན། །  
འ་ཕུར་རྒྱག་ཉམས་ཆེན་པོའི་གདན་མཐོ་ལས་ཡབ་ནས། །  
ཡ་མཚན་དཀྱུས་མའི་གལ་དུ་ལྷུང་དུས་དེ་ཡངས་པ། །

ར་ཁང་ཡག་ཁང་ལྟ་བུ་འཇིག་རྟེན་གྱི་སྒྲིང་འདིར། །  
ལ་ལུང་གང་དུ་བྱིན་ཡང་བདེ་སྦྱིད་ནི་དཀོན་ཞིང་། །  
གཞུགས་སྐྱ་མའི་ཡུང་པོ་མ་དོར་གྱི་བར་དུ། །  
ས་སྟེང་འདི་རུ་མི་གནས་ཀ་མེད་དེ་ཡངས་པ། །

ད་ཅང་མགོན་མེད་སེམས་ཅན་ཉམ་ང་ཡི་ཁྱོད་དུ། །  
ད་ཟ་འདྲོད་ཁེངས་བྲལ་བའི་ཁ་ཆེ་དང་ལག་རིང་། །  
ཨ་ཙི་དཀར་ནག་ལས་འབྲེལ་ཡངས་མེད་དུ་གཏོང་བས། །  
ཨ་ཁ་མི་ཆེ་འདི་འདྲ་སྒྲིལ་ཚུལ་དེ་ཡངས་པ། །

ཨ་འཐས་འཁོར་དང་གཡོག་པོ་ཆོང་དུས་ཀྱི་མགོན་པོ། །  
ཨ་རོགས་འཁོར་བའི་ཐང་ལ་ལན་གཅིག་དེ་མཇལ་བྱུང་། །  
ཨ་ཅང་ཟང་ཟིང་འབྱུར་བ་སྤྱོད་ལ་སྤྱོད་ཆོ། །  
ཨ་མཚར་མི་དྲག་འགྱུར་ལྡན་མི་ལམ་དེ་སད་མོང་། །

ཨ་མི་དྲ་ཐྱའི་གཞལ་ཡས་གཡུ་ཁྱུན་གྱི་པོ་བྱང་། །  
ཨ་དོན་འདྲ་གསལ་ཆེན་པོ་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་དབྱིངས་སུ། །  
ཨ་སྒྲུ་ཏིའི་ལམ་ནས་རྩས་སྒྲིལ་གྱི་ཞིང་དེར། །  
ཨ་རེ་གཙུང་མོ་ངེད་གཉིས་འདུག་ཐབས་ལ་བརྩོན་དང་། །

མཇལ་བ་ཡུན་ཙམ་བསྟེན་པའི་འདིར་འདུས་གྱི་མིང་སྤྲིང་། །  
ལན་གཅིག་འཕྲད་པའི་བཅེ་གདུང་ཡལ་ཐབས་ནི་མི་འདུག། །

---

འཆི་དུས་སོ་སོར་འབྲལ་ཡང་མུ་ངན་གྱི་གཞི་མ། །

གཅིག་སེམས་གཅིག་ལ་འཁོར་བའི་སྐྱོ་སྤང་ཞིག་ཤར་སོང་། །

སྤྱག་བསྐལ་ཉིན་ལས་གྲུབ་པའི་འདྲ་བྱེད་གྱི་ཕུང་པོ། །

འབྲལ་དུ་སྤང་ཆེ་སྦྱིད་སྦྱིད་འདྲ་པོ་བཞིན་མཐོང་ཡང་། །

དེ་རིང་སྐྱོ་བའི་གྲ་ཡངས་སང་ཉིན་དེར་མི་གདལ། །

མི་ཆེ་སྤྱག་ལ་སྦྱེལ་བའི་ངང་ཚུ་ལ་དེ་སྐྱོ་སོང་། །

ཞེས་མགུར་བའི་༡༩༩༧ ཕྱི་ཟླ་༩ ཚེས་༡༥ ཉིན་གྱི་མོ་དམ་པ་བསྟན་འཛིན་མཁའ་  
འགྲོ་དང་ཐག་ཤིས་རྩ་མོ་རྣམས་གཉིས་དུས་མིན་ཆེ་ལས་འདས་པས་སྐྱོ་སྤང་གི་བཅོན་རའི་དཔུས་ནས་  
གུང་རི་ཀརྱའི་བྲོང་འཛིན་པས་གཙང་ས་སྐྱའི་གདན་ས་རུ་འདས་མཆོད་ཉིན་མོར་ཤར་མར་བྲིས་  
སོ། །



## ༡༡། །ཀ་ཕྱེང་རིག་པའི་ཐོག་མདའ།

ཀ་དག་ཆོས་ལུགས་བཞི་ཡི་བཞེད་སྒྲིལ་ནི། །  
ཁ་ཞེ་མིན་པས་ལུང་རིག་ཞིབ་དཔྱད་དེ། །  
ག་ནས་བརྟམས་ཀྱང་ཁྱད་པར་མེད་ངེས་པར། །  
ང་ཡིས་མངོན་སུམ་རྟོགས་པའི་ཆོང་བ་ཡིན། །

ཅ་ཅོ་ཕུར་བྱིང་གྲུབ་མཐའི་སྐྱར་འདེབས་གཏམ། །  
ཆ་ཡོད་ཡོན་བདག་ནམས་ལ་ཏམ་བཤད་པའི། །  
ང་མ་ར་བཞི་ཁ་ལྟར་རྟོགས་ལྡན་དང་། །  
ཉ་པ་ཀྱང་པོ་ཁྱོད་གཉིས་ཁྱད་རེ་སྐྱན། །

ཏ་ལའི་ལོ་འདབས་རྩ་བུའི་ཆོས་གོས་གྱོན། །  
ཐ་མ་བྱིས་པ་བཞིན་དུ་ཕྱག་དོག་བརྟེན། །  
ད་དུང་འགྲོ་བ་འདྲེན་ཁུལ་རྩལ་བས། །  
ན་གས་བྲ་གཟུགས་བརྟན་པའི་ཆོས་རྒྱན་ཡིན། །  
པ་པ་ཀྱན་པོའི་གཏམ་བཞིན་ཁྱད་པར་མེད་ཆོག །

ཕ་རོལ་ཚོས་ལུགས་གཞན་ལ་མདའ་འཕེན་ཡང་། །  
བ་ལང་མཛོད་དང་ཁྱོད་ཀྱི་བསམ་ཚུལ་གཉིས། །  
མ་བཅོས་རྒྱད་དག་གཅིག་པ་ཅི་མི་མཐོང་། །

ཅ་དྲུར་སྐྱ་བྱ་ནམས་ཀྱིས་འགོ་བྱངས་ནས། །  
ཆ་གང་བྱད་བསད་ལས་ཀྱན་ཚོས་ལྡེ་དཀྱགས། །  
ཇ་ཡའི་བརྟན་པ་བཞིག་པའི་ཐུ་དཔོན་ནམས། །  
མ་ལེར་བཞུས་ན་བདུད་ཀྱི་ཚོ་འཕུལ་ངེས། །

ཉ་མི་ཅི་ནི་གོན་པའི་བརྟན་བཞིག་དང་། །  
ཟ་མ་ངན་ངོན་ཟ་བའི་རྣལ་འབྱོར་གཉིས། །  
འ་བྱར་ཕྱོགས་འཛིན་མེད་པའི་ཉམས་རྟོགས་ལ། །  
ཡ་གི་ལྷ་ཡིས་གཟིགས་ན་བྱད་པར་མཐོང་། །

ར་རི་རང་སེམས་ཚྲིངས་པས་འཕྲོམས་བཞིན་དུ། །  
ལ་ལུང་ངེས་མེད་བཞུགས་པའི་བྱ་བུལ་ལ། །  
ག་པོ་ལས་རྟག་ཆགས་སྤང་རབ་ཁྱོས་ཏེ། །  
ས་གནས་གཞན་ལ་བསྐྱད་ཁྱལ་བྱས་པར་ཐོས། །

དག་པོ་རྩལ་སྒྲིལ་རྟོག་གི་མགོ་བྱ་བས། །  
དུ་ལམ་ཁམས་འདིར་བཅན་གྱི་ལྷགས་སུ་བརྒྱུར། །  
ཨ་ཅི་དེ་དུས་ལུང་རིག་བདར་ཤི་ཕྱིར། །  
ཨ་ཁ་ཁོ་ཁོ་མ་བྱུང་འཁྱོད་ཆེན་གདལ། །

ཨ་དོན་སྒྲུ་མེད་རྟོགས་པའི་རྣལ་འབྱོར་དང་། །  
ཨ་དོན་སྒྲིལ་པོ་སྒྲུང་བའི་དགེ་བཤེས་གཉིས། །  
ཨ་རེ་རྩ་བ་སུ་འབྱུང་དབྱེད་ན་ཤེས། །  
ཨ་ཇོ་འབྲུམ་གྱིས་བསྐྱོར་ཡང་སྒྲོང་སྐྱོར་ཡིན། །

ཨ་ཕྱག་དམག་གིས་བསྐྱོར་བའི་ཕྱག་ར་དབུས། །  
ཨ་པོ་བྲག་རྟོགས་ལུས་སྒྲིག་བྱ་ལ་ཤོར། །  
ཨ་ཇོ་གུང་རི་སྒྲོང་ཉིད་དམག་གིས་བསྐྱོར། །  
ཨ་མཆར་བསྐྱུན་མེད་རང་དབང་དབྱིངས་སུ་གཤེགས། །

སྒྲིང་རྩེའི་གཡུ་རལ་བརྒྱན་པའི་སེལ་དང་། །  
དུག་མདའ་ལག་དུ་ཐོགས་པའི་དམག་དཔོན་གཉིས། །

---

བྱང་སེམས་ཤར་གྱི་རི་པོའི་ཕྱག་གོང་ནས། །  
བརྟན་ན་བརྟན་འགྲོའི་དབྱང་གཉིན་སུ་ཡིན་ཤེས། །

རང་ལོ་སོ་སུམ་སོན་པའི་སྤྱང་དུས་ཆར། །  
ཆོས་བཟང་དཀར་སྟོགས་དགེ་པའི་ཉིན་མོ་ལ། །  
སྟོན་བྱང་གཏམ་རྒྱུད་སྒྲེང་པའི་ཁྱོད་ཅིག་ཏུ། །  
ཁྱེ་གི་ལ་སོགས་དུ་མས་བསྐྱལ་པའི་ངོར། །

བྱ་བལ་གྲུབ་དབང་གུང་རི་ཀམ་ཡི། །  
ཕྱང་འཛིན་ཤུག་རྗེས་འབྱང་ཞིག་གིས་སྟེལ། །

སྤྱི་ལོ་༡༩༩༤ ཟླ་༦ ཆོས་ཉ་ལ་འབྲམ་མཚོ་ཁར་དབྱར་རྒྱིད་སྐབས་སུ་ཉོགས་ཅན་འཇམ་  
ལྗོས་རྒྱ་གོང་མ་ལ་འགྲན་སེམས་བཀྲིས་རྩལ་སྒྲེང་མོལ་བྱང་བ་དང་ཤར་མར་བྲིས་སོ། །

༡༡། །ལྷ་སྤང་སྦྱོན་ཀྱན་བཀྲ་བའི་ཀ་བཤད་ཤེལ་གྱི་མེ་ལོང་།

ཀ་དག་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་འགོ་ཞིག་དག་དུ། །  
ཁ་ཅམ་མ་ཡིན་ཡིད་བདན་འབྲུལ་བུལ་ཞིག་ལོས་དགོས། །  
ག་ཆད་དཔག་མེད་གསོ་བའི་ཆོས་སྤང་དེར་ཡིད་ཆེས། །  
ང་ཡི་སྤང་མོ་འདས་དུས་ཡེ་མེད་དུ་བརྒྱགས་སོང་། །

ཅ་རེ་བསྟན་འགོ་སྤང་བའི་བྱེད་པོ་རུ་རྫོམ་ཤིང་། །  
ཆ་ལང་ང་དང་རོལ་མོ་ཕྱར་ཕྱར་དུ་བཀྲོལ་དུས། །  
ང་དང་ཆང་སོགས་རོལ་བའི་མཆེ་བ་ཞིག་གཅིགས་ཀྱང་། །  
ཉ་པ་ཞན་པོ་དེ་དང་བྱད་པར་རང་མ་མཐོང་། །

ཏ་ཀྱ་བཞིན་དུ་གཅེས་སྦྱོང་ཕྱར་སྦྱོ་འགའ་བདགས་ཏེ། །  
ཐ་མོད་པོད་ཀྱི་རང་འཇིགས་རང་ཉད་ཀྱིས་བཟོས་པའི། །  
ད་ཐེངས་ཇིག་ཇིག་འདྲ་བའི་གཟུགས་བརྒྱན་གྱི་ལྷ་འདྲེ། །  
ན་ཀྱ་ལྷ་བུའི་རིགས་དེ་རྣམ་རྟོག་གི་ཆོ་འཕྲུལ། །  
པ་ཏྲའི་རིས་ལྷར་རྒྱ་པོད་གང་མཐོ་ལ་འཁྲོག་ཅིག །

ཡ་མེས་གངས་རྒྱངས་ལམ་སྐོལ་བཟང་པོ་ཀུན་དགུག་པའི།  
བ་ཀན་འེམ་ལྷ་འདྲེ་ལུ་ཚུགས་ཀྱིས་སྤུང་ཚུལ། །  
མ་གཞི་གངས་མིའི་ཁྲིད་ཀྱི་བསམ་འཕྲུལ་དེ་སྐྱོ་བ། །

ཅ་ཅིག་སྐྱ་ཅམ་གྲགས་ན་ཁྱོས་དྲགས་ཀྱིས་འཛིགས་དེ། །  
 ཅ་གང་མི་འཛེམས་ལྷུ་ལྷུ་མཆོད་མཁན་དེར་གནོད་ཅིང་། །  
 ར་ཡང་དྲག་པོས་བཞིག་པའི་བརྟན་སྲིད་ཀྱི་དབང་ལ། །  
 ས་འཕྲང་སྒྲོད་སྒྲུའི་ཅམ་ཡང་གདུང་ལེན་ནི་དགོན་ནོ། །

ལྷ་གོས་མདུང་དང་ཞགས་པའི་རྒྱན་འཆང་གི་མདུན་དུ།  
 ཟ་མ་གྱི་བྲག་དང་ལྷན་གཏོར་ཆོགས་བཅས་བགམས་ཏེ།  
 འ་འུར་རྒྱས་པ་ཟིང་ཟིང་འདོན་པ་ཡི་དཔྱིགས་ཡུལ།  
 ཡ་གི་འཛིམ་གཟུགས་ཤིག་ལ་འཕྲིན་སྤྲེལ་དེ་ཅོལ་རྒྱུར།

ར་བ་གངས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པའི་ནམ་དྲོག་གི་ཁྲོད་ཀྱི།  
ལ་འཕྲི་མཁོ་ལ་མི་མཐུན་པའོན་ཏེ་གྲི་ལྟ་བུར་།  
ག་ཞེན་ཆེན་པོས་དད་ཅིང་མཁོ་བོ་རུ་བཀྱར་།  
ས་གསུམ་སྐྱེས་བུ་ལས་ལྷག་པེམས་སྐྱེལ་དེ་ཡངས་པ།

ཏ་ཅང་རྟེགས་པའི་འདྲེ་ལ་སྐྱབས་གནས་སུ་བརྩུང་ན། །  
 ཨ་རྟེགས་སྦྱོན་ཀུན་ཤོག་སྟེང་རི་མོ་ཞིག་འཕྲོས་བས། །  
 ཏ་ལས་ཡ་མཚན་མ་བསམ་སྟོན་སྟེང་གི་ལྷག་བསམ། །  
 ཨ་མས་བུ་ལ་གདམས་པའི་སྟིང་གཏམ་རང་ཡིན་ནོ། །

ཞེས་སྒྲི་ལོ་༡༩༩༧ ལོའི་པོད་རྒྱ་ལ་པ་ནང་ད་སར་འཕྱོར་རྒྱུ་སྟེང་མོ་དམ་པ་བླན་པའི་  
 སྟིང་དམར་པོའི་ཁོང་ནས་སུན་སྟངས་ཞིག་སྟེ་མ་ཐག་གུང་རི་སྟེང་འཛིན་པ་ཞིག་གིས་ཞང་པོའི་བྱིས་  
 བྱ་བྱིས་སོ།

## ༡༡། སྤྲིངས་ཡིག་པད་དཀར་ཁུན་པོ།

བགང་ལས་དཔག་མེད་བསགས་པའི་བཞོ་སྐལ་དང་། །  
ཡང་དག་སྦྱིན་པ་སྟོབས་ལས་བཞེད་པའི་རྟེན། །  
དུར་སྦྱིག་མཆོ་སྦྱིས་ཆལ་དུ་རབ་ཞུགས་པའི། །  
སྟོས་བཙུན་སྤྲིང་མོར་འཕྲིན་ཡིག་འདི་འབྲུལ་གསོན། །

ཆོ་ཕྱེད་དུ་མའི་སྟོན་ནས་ལས་ཀྱི་འཕྲོ། །  
སྦྱིན་པའི་འབྲས་དྲགས་སྦྱུན་གཉེན་འཛིན་པའི་སྒྲོ། །  
མ་བཅོས་གཤིས་ཀ་ཆེ་ཡང་འདུ་འཛིན་གྱིས། །  
བྲེལ་པའི་དལ་བུར་འཕྲད་པའི་གོ་སྐབས་དཔེན། །

ལས་དབང་རྒྱུད་གིས་དེད་པའི་མདོ་ཁམས་སུ། །  
རྟེ་ཁྲག་འཕྲོས་པའི་གཞོན་ནུ་བདག་མེད་ངས། །  
ཉམས་ཐུ་དུས་འདིར་མཐའ་འཁོར་སྒྲར་ཁམས་སྟོངས། །  
བསྟན་འགྲོའི་ཕན་བདེ་འོད་སྣང་རྩུང་ཟད་འཕྲོས། །  
འོན་ཏེ་ནག་ཕྱོགས་ལྷ་ལྷོའི་དཔུང་ལུགས་ལ། །



རྒྱལ་གྱིས་སྤྱུགས་པའི་བདུད་སྡེའི་འཁོན་འཛིན་གྱིས། །  
 གཅིས་པའི་ཡ་མ་ལུལ་བཞག་རྒྱུད་རིང་པོའི། །  
 མི་ཡུལ་སྤུལ་བའི་ངལ་བ་བསམ་ལས་འདས། །

ཆེ་རབས་སྤང་བ་དཔག་མེད་སྒྲིན་པའི་འབྲས། །  
 ལན་གཅིག་འབྲད་པའི་སྤང་མོ་༧་ཀའི་མཚན། །  
 ཏུས་མིན་སྤྱི་མའི་ལམ་རིང་སྤྱིན་པའི་ལུལ། །  
 འདྲན་བྱེད་ལུལ་དུ་སྤང་བའི་སྒྲིན་སྤང་གར། །

རྟེན་འབྱུང་བློམས་ལས་སྟོན་པའི་སྐྱེ་ཡི་འབྲས། །  
 དག་པོཅུ་མོ་གྱའི་བུ་ལ་འབྱུང་སྟོན། །  
 ལུ་དོ་བདག་འདྲའི་རིགས་ལ་ཡོང་ངེས་པས། །  
 རྣམ་ཐར་བསམ་བཞིན་ཀར་གཉིས་སྟོམ་དུ་འགྲིམ། །

དེ་སྐད་སེམས་ཁམས་གངས་དཀར་མི་པོའི་ངོས། །  
 རྒྱ་མཚང་དུ་སྒྲིན་ལང་ལོང་འབྲིགས་པའི་ཁྱེན། །  
 མི་ལོ་སྤེད་གསུམ་སྤུན་གཉིན་མཆེད་གྲོགས་ལ། །  
 འཕྲིན་ཡིག་དྲུང་སེམས་གདྲུང་པའི་བར་ན་ཡིབ། །

---

དམ་ཚེས་ཡོང་འདྲེ་རྒྱན་བཟང་འཆོལ་བའི་སྒད། །

ཕ་ཡུལ་པོད་ནས་རྟང་ལམ་ཕྱ་མོ་ཡིས། །

འཕགས་ཡུལ་གོམ་ཁ་བསྐྱར་བ་ཐོས་ཅམ་ལས། །

ཕན་ཚུན་འཕྲད་པ་མེད་ཀྱང་གཏམ་འདི་ཉོན། །

ཡོན་ཏན་ཀྱན་གྱི་གཞི་གྱུར་དགེ་བའི་བཤེས། །

བསྟེན་པའི་དམ་ཚིག་ཐར་པའི་སྒྲིལ་ཡིན་པས།

དེ་ཕྱིར་གླ་མ་མི་ཡི་སྲིད་བཟུང་བའི། །

དོ་རྩེ་འཆང་ཆེན་དངོས་ཡིན་སྐྱམ་པར་སྒྲིམས། །

དུས་གསུམ་གཅིག་དུ་མཁྱེན་པའི་བདེ་བར་གཤེགས། །

ཐོབ་བྱ་མཐར་ཐུག་སྤངས་ཉོགས་དམ་པའི་ཚོས། །

ཡོན་ཏན་བརྒྱད་ལྔ་ལྔ་འཕགས་པའི་དགེ་འདུན་བཅས། །

རང་གི་སྒྲིག་སྐྱུ་ལུས་ཅིག་སྐྱབས་གནས་བཀུར། །

རང་གཞན་གཉིས་ཤངས་བཅུད་པའི་ཞེན་འཛིན་སྒྲོ། །

ཕྱ་ལྷར་དོར་ཞིག་རིག་དུག་སེམས་ཅན་ཀུན། །

---

ཕ་མར་ཤེས་པའི་མན་ངག་བདུན་དངས་པས། །  
རྒྱབས་ཆེན་བྱང་ཆུབ་སེམས་མཆོག་སྒྲིམ་པར་གྱིས། །

སྐྱེ་ལོ་དུང་ལྟར་དཀར་པའི་ཀན་ཁོག་དང་། །  
བཞིན་རས་དཀར་མདངས་བཀྲ་བའི་གཞོན་ནུ་གཉིས། །  
འཆི་བདག་རྒྱལ་པོའི་ཀན་གཞོན་སུ་ལ་ཅིས། །  
དེ་ལྟར་སེམས་ཤིག་འཆི་བ་མི་ཉག་སྒྲིམས། །

ནམ་ཉོག་སྐྱེ་མའི་རྒྱ་མཚོའི་གོས་ཅན་ངོས། །  
བདེ་སྤྱག་གཤས་པ་མི་ལམ་ལྟར་མཐོང་ནས། །  
འཁོར་བའི་འདམ་ལ་སྒྲིང་མེད་སུན་སྒྲུང་གིས། །  
ངེས་འབྱུང་བཅོས་མིན་སྐྱེས་པའི་ལམ་མཆོག་སྒྲིམས། །

ཤེས་བྱའི་མཐའ་ཡས་རྒྱ་གཏེར་ཆེན་པོའི་གྲོང་། །  
ནམ་དཔྱིད་རིགས་པས་རྒྱབས་སྤང་ཆེས་ཅེན་པའི། །  
མཐའ་བཞིའི་སྒྲིས་བྲལ་འདྲ་གསལ་ལྟ་བུའི་ངོས། །  
འཛིན་མེད་སྒྲོ་ཡིས་བཅོས་མི་དེ་སྒྲིམས། །  
འཁོར་བའི་རྩ་ཐང་ཡངས་པའི་ལྗང་མདོག་སྤྲོང་། །

བྱིང་མོད་རྟ་པོར་བཞོན་ནས་བང་འགྲན་ན། །  
དཀར་པོའི་དགེ་བའི་ཆོས་ནི་མི་སྦྱེས་པས། །  
གཡང་ས་དེ་ཀུན་རྟག་ཏུ་དོག་ཟོན་མཛོད། །

ལྷག་བསམ་འོ་མའི་མཆོ་ལས་བདོ་བ་ཡིས། །  
སྤྱོད་བཟང་མར་གྱི་ཉིང་ཁུ་གཅེས་འཛིན་ན། །  
འདི་ཕྱི་ཕན་བདེ་འབྱུང་བའི་དག་པའི་ཞིང་། །  
ཟུང་འདུག་ཀྱལ་བའི་ས་རུ་བགྱོད་པར་སྦྱོས། །

དམ་ཆོས་དགེ་བ་ཅི་དང་ཅི་བགྱིད་པ། །  
ཐོག་མར་མཆོག་གསུམ་དད་པས་སྐྱབས་སུ་མཆིས། །  
མཐའ་མར་བསྡོ་བའི་སྦྱོན་ལམ་རྗེས་འདེབས་པའི། །  
བྱ་བ་ནམ་གཉིས་རྟག་ཏུ་ཡིད་ལ་སྦྱོངས། །

རྒྱང་རིང་གངས་ཅན་ཞིང་ནས་དབུས་འགྱུར་དུ། །  
ཆོ་སྟོད་རྒྱལ་པོར་འགྲིམས་པའི་ཀྱལ་ཁམས་པ། །  
གུང་རི་ཀམ་འི་སྤང་རབས་མཐར་ཟུད་པའི། །  
བསྟན་འཛིན་ཀུན་དགའ་ཆོས་ཀྱི་ཀྱལ་མཆོན་གྱིས། །

---

སྤྱི་ལོ་ཉི་མཁའ་སྤྱོད་ལྷགས་པོ་འབྲུག་གི་ལོར། །

ནག་པ་རྩ་བའི་འོད་ཅན་དུས་བབ་ཉིན། །

དཀར་ཕྱོགས་སྤྱོད་པ་གསུམ་པའི་སྤྱོད་འཆར། །

བཅེ་བའི་ངང་ནས་སྤྱིང་མོ་བྱོད་ལ་ལུལ། །

བྱང་ཕྱོགས་ན་སའི་གངས་རིའི་མ་གཤམ་ལ། །

བཅན་བྱོལ་ནོར་སྤྱིང་འདོད་དགའི་པོ་བྱང་གི། །

ཉེར་འགུལ་ལྷན་པའི་སྤྱོད་ཚལ་དཔེན་གནས་སུ། །

རང་གས་འཆི་མེད་ལྷིང་ཁང་ནང་དུ་བྱིས། །

སྤྱི་ལོ་༡༠༠༠ ལོར་ར་ར་ཕུར་སྤྱིང་མོ་སྤྱོད་པ་མཆོ་མོས་འབྲིན་ཡིག་མང་དུ་བསྐྱར་བའི་

ལན་དུ་ལུལ་བའོ། །

## ༡༡། །གངས་ལྗོངས་མིའི་བྱད་ཆོས།

དངས་གཙང་མཐོ་སྒང་ཡངས་པའི་ཁ་བའི་ལྗོངས། །  
མངོས་གིང་བཞིན་ཆགས་དཔལ་འབར་ལྷ་ཡི་གནས། །  
འཛམ་གླིང་སྤྱོད་ཀྱན་གྱིས་རབ་བསྟགས་པ། །  
གངས་ཅན་བྱལ་ཁབ་ཆེན་པོའི་བྱད་ཆོས་ཡིན། །

ལུ་མཐའ་ཐུག་ཐབས་བལ་བའི་ཟབ་བྱས་ཆོས། །  
མཐའ་ལྗས་བྱལ་ཁབ་ཀྱན་ལ་འཆད་དང་སྟེལ། །  
བསམ་བཞིན་བསྟན་འགྲོའི་དབྱང་གཉིན་སྤིང་བ་བཟུང་། །  
གངས་ཅན་མཆོག་གི་སྤུལ་སྤྱིའི་བྱད་ཆོས་ཡིན། །

གསང་སྟགས་དེ་མེ་ཐེག་པའི་བྱལ་ས་ནས། །  
ཁོན་ཞིང་ཙ་དང་རྩངས་སེམས་དབང་དུ་བསྐྱར། །  
གོས་དཀར་གངས་རི་ལྷ་བུའི་བྱན་མངོས་ལྷུབ། །  
གངས་ཅན་བསྟགས་འཆང་ཆེན་པོའི་བྱད་ཆོས་ཡིན། །  
གཞིས་བཞུགས་རང་ཡུལ་གངས་དཀར་འཆོང་བ་མེད། །

ཕྱིས་བསྐྱོད་པ་ཡུལ་གངས་ལྗོངས་བརྟེན་ཐབས་མེད། །  
གནིས་བྱས་ཚང་འཛོམས་སེམས་འཁྱར་གཅིག་དུ་སྒྲིམ། །  
གངས་ཅན་སྐག་ཤར་གཞོན་ནུའི་བྱད་ཆོས་ཡིན། །

ལུས་ཕྱ་སྒྲིག་མོས་མཛའ་བཤེས་གྲོགས་ལ་བྱམས། །  
ཀན་ལ་གུས་བཀྱར་ཡ་རབས་སྤྲོལ་བཟང་ཀུན། །  
མ་བཅོས་བཅོན་ཞིང་ངོ་ཆའི་རིགས་ཀུན་འཛིན། །  
གངས་ཅན་སྐག་ཤར་གཞོན་ནུའི་བྱད་ཆོས་ཡིན། །

གཞན་གཞོད་ཁབ་ཅེ་ཅམ་ལ་བཟོད་སེམས་བགྱིད། །  
ཕྱི་མའི་ལམ་རིང་བསམ་བཞིན་ཆོས་ལ་བཅོན། །  
རྒྱ་མྱོའི་སྐྱག་རྩལ་སྒྲུང་དུས་མཆི་མ་ཤོར། །  
གངས་ཅན་དབྱུག་འཛིན་ཀན་མའི་བྱད་ཆོས་ཡིན། །

ལམ་སྤྲོལ་རྫིང་པའི་རིགས་ལ་དབང་མེད་མཆོང་། །  
རང་ཡུལ་རང་བཅོན་མིག་ལ་རྣང་རྣང་སྣང་། །  
མི་ལམ་ནང་ཡང་པོད་དུ་སྒྲེབས་པར་མིས། །  
གངས་ཅན་ཕྱིང་འཇུས་ཀན་པོའི་བྱད་ཆོས་ཡིན། །

---

པ་ཡུལ་དག་ལག་ཤོར་བའི་ས་མཐའ་ལ། །

ཆང་དང་ཤོ་བག་ཅིད་ལ་མགོ་མི་སྒྱར། །

ལུས་མེམས་དུར་ཐག་འཛོ་བའི་ཐབས་ལ་བཙོན། །

གངས་ཅན་ཆོང་དཔོན་བཟང་པོའི་བྱད་ཆོས་ཡིན། །

ཞེས་བྲི་ལོ་༡༩༩༤ ཕྱི་ཟླ་༡༡ ཚེས་༥ ས་པོ་སྒྲག་གི་ལོར་གུང་རི་ཀརྨ་ས་བལ་ཡུལ་  
ནས་བྲིས་སོ། །



## ༡༡། ཁྲི་ལམ་མཛའ་མོའི་དྲན་སྐད་ར་གྱི་མདུད་པ།

བུ་མོའི་སྐྱུ། ཀ་ཡེ་འདི་རུ་ཕྱེབས་པའི་ལས་འཕྲོ་ཡི་མཛའ་པོ། །  
ཁ་མཆུང་ཅེད་གཏམ་མ་ཡིན་སྟིང་ཁམས་ཀྱི་སུལ་ནས། །  
ག་ལེ་མགུར་ལ་བཀྲ་གིས་དར་དཀར་གྱིས་དངས་པའི། །  
ང་ཡི་རྟེན་འདི་འདུན་མའི་བསུ་མ་རུ་ཕྱེབས་གིག། །

ལན། ཅ་འཕྱུ་གྲོགས་སུ་མི་ལྟོས་མཁོ་མེད་ཀྱི་གར་མཁན། །  
ཆ་འགྲིག་ག་གིས་ཀ་བཟང་པོ་བྲང་ཁོག་ནས་བརྒྱག་པས། །  
ང་ཆང་རོལ་བའི་བག་མེད་མིག་འཛུམ་གྱིས་འཁྱུད་ཀྱང་། །  
ཉ་འཕྱོ་ཁྱོད་ལ་རེ་སྐྱག་ཏིལ་ཅམ་ཡང་མེད་ཅིང་། །

བུ་མོའི། ཏ་ལའི་འདབ་མ་བཀྲ་བའི་སྐྱེད་ཆལ་གྱི་རྫོངས་སུ། །  
ཐ་ཆིག་དམ་དུ་བཅིངས་པའི་བཙེ་གདུང་གི་སློན་བྱར། །  
ད་རེས་སེམས་ཀྱི་འཛུ་སོ་གཏན་པོ་རང་མེད་ན། །  
ན་རག་ལྷུང་བ་ལྟ་བུ་མཆི་མ་ཡིས་བརྒྱན་ཡོང། །

ལན། བ་ཤ་སངས་ལྟར་རབ་དཀར་གངས་ཅན་གྱི་ཁྱོད་དེར། །  
 ས་མེས་ལུགས་བཟང་ཤུལ་འཛིན་མེད་གེ་ཡི་བྱ་ངས། །  
 བ་ཡང་མིག་པའི་རྗེས་སུ་འོལ་བསམ་གྱི་མཆོང་ན། །  
 མ་ཡམ་མཆོ་ལ་བྱིང་འདྲའི་སྐྱོན་སྒྲུང་རེ་ཤར་ཡོང། །

བུ་མོ། ཅོན་ཀ་ཡི་གྲིབ་ཅམ་འགོང་མེད་གྱི་ལུས་ལ། །  
 ཆོ་གདུང་འབར་བའི་རོ་སྒྲུང་དོད་ཕྱར་གྱིས་ཁོལ་ཡང། །  
 ར་འོར་མེད་པ་ཀུན་ལ་འདོད་པ་རང་སྟེར་བའི། །  
 ས་མོའི་གས་སུ་མ་འཛིན་ཡིད་ཆེས་ཤིག་མཛོད་ཀྱི། །

ལན། ཞུ་དཀར་ལུང་ཐག་མེད་པའི་ལུས་ཕྱ་ཡི་ཆོ་འདིར། །  
 ཟ་མ་ཅོག་ཅའི་སྟེང་དུ་བཤམས་གྲོགས་གྱི་བཙེ་ལྟ། །  
 འ་ཅག་འཕྲད་སྲིད་དཀར་བས་སྟིང་གདམ་གྱི་ཐ་ཆོག། །  
 ཡ་གི་རྒྱང་འདྲིས་བྱམས་པའི་བཙེ་མགུར་རུ་ཤོངས་ཤིག། །

བུ་མོ། རྩ་མེད་མགོ་རིལ་ཁྱོད་ལས་ཕུགས་བསམ་ནི་བྲལ་ཡང། །  
 ལ་ཀྱུ་ཁྱེལ་མེད་བཤད་ན་ནོར་འཛིན་གྱི་ལྟོངས་སུ། །  
 ཤ་ཁྲག་སྐྱུ་ལུས་ཁྱོད་ལ་ཡིད་ཆེས་གྱི་དཔང་པོ། །

ས་སྤང་འཕང་བའི་ཉིན་མོར་འགྲོད་པ་དེ་མ་སྟེ། །

བུ་མོ་ལ། ཏ་ཅང་རེ་སྟུག་ལྷག་བསམ་ས་བརྟེན་གྱི་ཚུན་ཤིང་། །  
ཏ་ལས་དུག་ཤིང་འབྲས་མེད་ཆེར་མ་རང་བཟུང་བྱུང་། །  
ཏ་ལས་དོན་འཛོར་དགོས་པའི་ཕོ་གཞོན་གྱི་བཞིན་རས། །  
ཏ་ལོའི་མེདོག་ལྷ་བུའི་མངལ་སེམས་དེ་ཡལ་སོང་། །

ལན། ཨ་ཅི་ཐུགས་སེམས་མ་སྟོ་རིགས་བཟང་གི་མང་འཕོ། །  
ཨ་བ་རྒྱ་ཉིའི་ལམ་ནས་གསང་བ་ཡི་དཀྱིལ་འཁོར། །  
ཨ་རིགས་ཆོས་འབྱུང་དབྱིངས་སུ་ཞུགས་ཐབས་ཀྱི་མན་ངག། །  
ཨ་མཆར་འོད་གསལ་དག་པའི་འཇའ་གུར་དུ་བྲིད་ཆོག །

བུ་མོ་ལ། ཨ་ལེ་དེ་འདྲའི་གདམས་པ་གསང་ཆེན་གྱི་ཐང་དུ། །  
ཨ་དོ་ནལ་འཁྱོར་རྒྱང་སེམས་ཤིང་ན་ལ་ཞོན་ནས། །  
ཨ་དོན་གསང་བའི་ཐུག་ཀྱའི་བདུད་ཅི་དེ་རོལ་ཆེད། །  
ཨ་ལྷག་བུ་མོའི་ལྷན་དུ་འདྲེན་ཚུལ་དེ་སྟེད་པ། །

ལན། ཏ་དའི་ཁ་སྟོར་བྱང་འཇུག་འགྲིམས་ཚུལ་གྱི་གསང་ཆོག །

ད་ལམ་རྒྱ་བའི་སྤང་མའི་སྤྱད་བྱངས་ལས་སྟན་པ། །

ད་གཏམ་མ་ཡིན་ཀྱང་གྱི་པི་ཤང་ལས་བྱངས་ཏེ། །

ད་གཉིད་སད་པ་ལྟ་བུའི་གསང་སྤྱུ་ལ་ཉོན་དང་། །

ཤེས་པ། ས་ལམ་ཉེན་འདི་ཞོན་ཆེད་བྱང་སེམས་གྱིས་ཟིན་པའི། །

ཤ་ཁྲག་བཤང་གཅིན་ཇ་ས་ལྟའི་བདུད་ཅི་རང་མྱོང་ཆོ། །

ལ་སང་མ་ཡིན་ལྟ་གའི་ཤེས་རབ་གྱི་དབྱིངས་སུ། །

རྩ་ལྟར་དངོས་འཛིན་ཀྱན་བྲལ་ནོར་བུ་དེར་གཏོད་ཅིག །

ཅ་རྒྱུ། ལ་གའི་རིག་མའི་སྦྱར་བའི་སྦྱུ་ཅལ་ནམས་མངོན་པས། །

འ་བྱར་སྒྲིག་ཆོད་སྒྲགས་གྱི་རང་སྒྲ་ཉིད་སེམས་ལ། །

ཟ་ཟིང་མེད་པ་ཅ་མདུད་རྒྱུང་ཁམས་གྱིས་བཅད་དེ། །

ཞ་གོས་ཀྱན་དོར་ཐིག་ལེ་འཕོ་ལེན་དེར་བཙོན་ཅིག །

ཏྲུང་ལོར། མ་གྱི་བྱང་འདུག་བཞིན་བྲལ་བདེ་ཆེན་དེ་མྱོང་ཆོ། །

བ་སྤྱུ་ཁྲག་ཁྲིག་ཁྲོ་མོས་དག་སྡེ་ཡི་དཔུང་ཆོགས། །

པ་རོལ་འཁོར་བའི་མཐའ་རྩ་ཡེ་མེད་དུ་བསྐྱལ་ཏེ། །

པ་ཏུ་ཅམ་ཡང་འཛིན་མེད་ཀྱིང་དེ་རྩ་སྒྲེམས་ཤིག །

དམ་ཆོག་མ་ཏ་ཏི་མེད་དམ་ཆོག་སྤོང་ཁོང་གི་དབུས་སུ། །  
ཇ་ཏིའི་སྒྲན་བཞིན་ནན་ཏན་ཡང་ཡང་དུ་སྤྱང་ཤིག། །  
ཆ་གང་བཟོད་པར་དཀའ་བའི་གདུང་བ་ཞིག་བྱང་ཆོ། །  
ཅ་ཅིག་གཞི་མེད་མི་ལམ་འབྲུལ་སྤང་ལ་མ་འཇིགས། །

སངས་རྒྱལ་ན་རག་ཨ་མཆོད་དཀོར་ལ་འདུ་ཡོང་གི་བྲེལ་འདའི། །  
ད་དུང་གཟུང་དང་འཇིན་པ་ཤུགས་དྲག་ཏུ་ལངས་ན། །  
ཐ་མའི་འཇིན་པ་དུངས་ནས་སྤྱང་ཐབས་ཤིག་དགོས་པས།  
ཏཱ་ར་ལ་སོགས་རྒྱུད་ལྟའི་ནམ་ཐར་ལ་ལྟོས་ཤིག། །

རྟེན་འབྲེལ། ཉ་གང་ཟླ་བའི་དཔལ་འཇིན་གྲོགས་ཁྱོད་ཀྱི་ཐུགས་སུ། །  
ཇ་མངར་རོ་མཆོག་ཁྱོད་འདྲ་བཅོད་མེད་ཀྱི་བདེ་ཆེན། །  
ཆ་ཆང་རྒྱང་སེམས་ཕྱ་མོ་གངས་དཀར་གྱི་ཅེ་ནས། །  
ཅ་དག་གནས་ལུགས་མཐོང་བའི་རྟེན་འབྲེལ་ཞིག་འགྲིག་ཡོང་།།

ཉམས་ལེན། ང་འཇིན་རྟ་ཡོར་རང་གིས་ལིང་ལིང་དུ་བཞོན་ཏེ། །  
ག་ཡོད་དགག་བྱ་རྩ་སྤྱེས་ཉལ་ཉལ་དུ་མ་བཅོལ། །  
ཁ་ཁོག་གཅིག་མཚུངས་ཉམས་ལེན་གཞི་འཇིན་གྱི་སྤོང་ནས།།

---

ཀ་དག་རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་ཐོད་བཀལ་ལ་སྒྲིམ་ཤིག །

བླ་མའི་གོང་ཁྱེད་ཡངས་པའི་གུར་ཁང་གི་དཀྱིལ་ནས། །  
ལེགས་བྲིས་དར་དཀར་སྤྱད་པའི་ཡིད་འཕྲོག་གི་ལྷ་མོས། །  
བཙེ་བའི་སྤྱད་བྱངས་འཛེབས་པོ་ན་བ་རུ་འཕངས་ཆད། །  
བླ་མེད་གསེར་གྱི་ཤོག་ངོས་སྤྱག་ལག་གིས་བཀོད་ཡོད། །

ཕྱི་ལོ་༡༩༩༩ འོའི་དགུན་རྗེ་འབྲང་པོའི་ཆེས་༡༠ ལ་རྒྱ་གར་རྩྭ་ཕྱོགས་རྟེན་ལོར་ནས་  
མེ་འཁོར་ནང་ཡོང་ཞོར་རྒྱེ་ལས་མཛའ་མེའི་སྤྱ་ལན་འདི་ནི་གུང་རི་ཀའི་ཐོང་འཛིན་རྒྱ་སྤྱུགས་རྒྱལ་  
ས་ཁྱིལིར་འབྱོར་བ་དང་མཇུག་རྫོགས་པར་བྲིས་སོ།།

## ༡༡། །བརྗེད་མི་སྲིད་པའི་བྱངས་ཁྲག་གི་འབྲིན་ཡིག

ཀྱེ་མ།

རྟེན་འབྲུང་གླིང་སྒྱིལ་བྱངས་པའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་སྒྲིང་སྤྲན་འདིར།  
རང་སྤང་སྒྱུ་མའི་མེ་ལོང་གི་ངོས་སུ་འབྲལ་མི་སྲིད་པའི་བཅེ་ལྷན་གྱི་སྲིང་མོ་  
ལགས།

བྱིད་ཀྱི་ལོན་ཏན་དང་བྱང་ཆོས། དུང་། བཅེ་བའི་འཇུ་མ་མདངས་  
ཆེན་པོས་གསལ་བཀྱར་བགྱིས་པ་དག་ངས་བརྗེད་མི་སྲིད་པའི་སྤྲོད་ཆོར། འབྲལ་  
མི་སྲིད་པའི་བྱངས་ཁྲག་རྩོན་མོ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན།

སྲིང་མོ་ལགས། བྱིད་ཉིད། གཤེས་ཀ་ཕྱོགས་ལྗུང་བྲལ་བའི་ཉ་ག་  
ཐུགས་སེམས་གཡོ་སྒྱུ་མེད་པའི་དྲང་སྲོང་། བརྩོན་འགྲུས་ཁྱུ་པ་མེད་པའི་  
བརྩུན་མ། དཀའ་འཆེར་དང་ལེན་བྱས་པའི་དཔའ་མོ་ཞིག་ཡིན་ལ།

སྲིང་མོ་ལགས། བྱིད་ཉིད། ཉམ་ཐག་ལ་བྱམས་སྦྱོང་། དམན་པ་  
ལ་བཅེ་སེམས། སྤྱོད་ན་ལ་ལྷག་བསམ་ཅན་ཞིག་ཡིན་པ་ནི། ང་དང་ང་  
ཡི་མཆེད་ཀྱོགས་རེ་བྱང་ལས་སྤྲུལ་ཀྱང་མི་ཤེས།

རེད་ལ། བྱིད་ཉིད། ང་དང་ང་ཡི་ལ་ཀྱ། ཆོས་དང་རིག་གཞུང་

གི་ལ་ཀྱའི་ཆེད། རང་སློག་ལ་ཐུག་ཀྱང་འཛིགས་སྒྲག་མེད་པ་ང་ཁོ་ན་ལས་  
སུ་ཡི་ཤེས།

སྒྲིམ་དང་། ཡིད་སྦྱོབ་ཁྱིམ་ལ། བྱེད་ཀྱི་ལང་ཆོ་ཡོངས་འདྲའི་  
སྒྲིམ་པའི་འབྲི་ཤིང་ལ་རྒྱུང་སེམས་ཞོན་པ་ཅན་དེ། ལས་དབང་དར་མདུད་  
ཀྱིས་བཏགས་པ་ལས་གྲོལ་བའི་དུས་ངན་དེར། ཉ་བདུན་དབང་པོ་ནི་ཚུ་ལྟའི་  
པང་དུ་ཉ་ལ། སྐད་སྒྲིམ་སྒྲིག་པའི་བྱ་དང་བྱིའུ་ནམས་རང་ཆང་དུ་ཡིབ། སྐར་  
རྒྱལ་པའི་ལུན་ནག་གི་ནང་དུ། རྒྱ་སྐར་ནམས་སྒྲིམ་གསེབ་ཀྱི་ཡག་ལ་གབ།  
རི་བྲག་རྩལ་པོ་འདྲེ་ཡི་ས་ཆ། རྒྱ་རྒྱུང་དག་དུ་བདེབ་པའི་འགག་འཕྲང་དོག་  
མོ་ཁྱིམ་ན།

བྱེད་གཉིས་གཙོས་པའི་ན་གཞོན་པོ་མོ་ཉར་བདུན་གྱི་སྒྲིམ་ཕུང་གི་སྤང་  
གཤོངས་ཁེངས། རྒྱུང་རིང་ནས་འབྱམ་པའི་བྱ་རྒྱུང་ང་ཁེར་རྒྱུང་དུ་ལུས།  
ང་ལ་རོགས་གཅིག་ཡོད་པ་ནི། བྱེད་གཉིས་ཀྱི་སྒྲིམ་ཕུང་དེ་རང་རེད།

ཨེ་མ། བསམ་ཁྱིམ་གྱིས་སྒྲིམ་དང་། སྒྲིམ་པའི་མཐའ་མར་འཆི།  
འཕྲད་པའི་མཐའ་མར་འབྲལ། སྒྲིམ་འཆི་འདུ་བྲལ་ནི་འཛིག་ཉེན་འདྲིའི་  
གཤེས་ཀ་ཁྱིམ་མཐོང་བས་སྦྱོབ་སྦྱེད།

སྤང་མོ་ལགས། ངས་བྱེད་གཉིས་ལ། བཙེ་སེམས་ཀྱི་གདུང་བ་  
ནི། འགོག་མི་ཐུབ་པའི་རི་གཟར་གྱི་བབ་དོ། བཀག་མི་ཤོད་པའི་ཆང་ཆོང་  
གི་རྒྱ་སྒྲག་ འཇུ་མི་རུས་པའི་གངས་ཁྲོད་ཀྱི་སེང་གེ་ དེད་མི་འོས་པའི་སྤང་



ཆེན་མུན་པ་ལྟ་བུ་ཉིད་དུ་གྱུར།

རེད་ལ། ད་དུང་། ང་གདུང་བའི་སྤྱིན་གསེབ་ལས་ཡར་ལངས་  
ཏེ། འཕྲོ་བའི་དམིགས་པ་བསྐྱངས་ནས། དུས་སྐབས་གསུམ་བརྒྱབ་པ་དང་  
སྤྱིང་རྩེ་དང་སྐྱོ་སྒྲུང་འདྲེས་མའི་ངང་ངའི་སྤྱིང་དམར་པོ་དམ་མེད་རྩེལ་རྩེལ་  
དུ་བྱུལ། ལུས་བ་སྤྱུ་ཐུག་བརྒྱ་ཟང་ཟིང་དུ་ཡང་། སྤྱི་ཆིག་ཁྲི་ཉིས་སྟོང་ལྟ་  
ལྟ་བུ་རྒྱུ་། སེམས་གངས་དཀར་གདུང་སྤྱིན་ཡོམ་ཡོམ་དུ་འབྲིགས། གདོང་  
རིག་ཟར་མཆི་མ་གཤམ་གཤམ་དུ་བཞུར། ངའི་མི་ཆོ་ནང་བྱུང་མི་སྤྱིད་པའི་གནས་  
སྤངས་སྐྱོ་བོ་དེ། ཀུན་མཁྱེན་སངས་ཀྱས་ལས་གཞན་སུ་ཡི་རྟོགས་མི་རུས་  
པས་གསང་ཆོག་དོ་རྩེ་བྲག་དུ་བསྐྱར།

སྤྱིང་མོ་ལགས། བྱིད་དང་ང་གཉིས་འདུ་བལ་མཐའ་མ་ཡིན་པ་མ་  
ཟད། བྱིད་ཀྱི་ཆིག་སྤྱིན་པོའི་བདེ་ལན། ཟས་ཁིམ་པོའི་འཆོ་སྐྱོང་། གོས་  
འཇམ་པོའི་གཡོག་བྱམས་དཔག་མེད་བགྱིས་པའི་བསྐྱལ་པ་བཟང་པོ་དེ་ཡང་  
ངའི་མི་ཆོ་ནང་མཇུག་སྤྱད་པའི་མཐའ་མ་དེ་རེད།

འཕྲད་མི་སྤྱིད་པའི་ང་ཡི་སྤྱིང་མོ་ལགས། ངའི་མི་ལམ་ཁྲིག་གི་ནང་  
དུ། བར་སྒྲུང་ཚུ་འཛིན་དཀར་པོའི་ཁྲོད་ནས། བྱིད་ཀྱིས་ང་ལ་བཞིན་རས་  
འཇུམ་པའི་ཉམས་འགྱུར་ཁྲིག་སྟོན་དེ། སེམས་གསོ་བྱེད་པའི་ཇ་ཡུན་ཙམ་  
ནས་སྤྱིན་གསེབ་དུ་འཇུག་ལྟར་ཡལ། དགའ་སྐྱོ་གང་ལ་བཞུད་མི་ཤེས་པའི་  
སྤང་ལམ་གྱི་སྤྱིབ་དུ་སྒར་ཡང་བྱུང་གཅིག་ཤུག་ཞུག་ལ་ལུས།

---

དེ་ནི། ངའི་མི་ཚོ་ནང་ཁྱེད་བརྟེན་མི་སྲིད་པའི་བླན་ཏེན་གསར་པ་  
ཞིག་དུ་ཁ་ལོ་བསྐྱར་བ་ཡང་ཡིན་སྲིད།

རྒྱང་རིང་དུ་ཁེར་རྒྱང་འཁྲུམ་པའི་སྤང་སྤྱག་གུང་རི་སྐྱེ་འཛིན་པས།  
ཕྱི་མའི་ལམ་རིང་དུ་གཤེགས་པའི་སྲིང་མོ་ཁྱོད། སྤར་ཡང་མངལ་བའི་སྒོན་  
འདུན་གྱི་བླན་འཕྲིན་འདི། དམ་ཚིག་སྤང་བུ་ལ་འདུས་ཏེ་བྲེལ་བྲེལ་དུ་སྤྱལ།

ཕྱི་ལོ་༡༠༠༡ ཟླ་བ་༩ ཚེས་༡ ལ་གུང་རི་སྐྱེ་ལ་མིང་བས་བྲིས།

## ༡༡། །པར་བྱང་སྒོན་ཆོག

བགྲང་ཡས་ཀྱལ་ཀུན་མཁྱེན་བཅེ་ནུས་པའི་དཔྱིད། །  
བྱར་སྒྲིག་གར་དུ་སྒོས་པའི་བྱབ་བདག་མགོན། །  
དུ་མའི་ཞལ་ཆབ་མ་གྲོས་ཚུ་གཏེར་ལས། །  
ཐོས་བཅོན་ཀྱ་ཤའི་ཅེ་མོས་ཅུང་ཟད་བྲངས། །

འོན་ཀྱང་འགོ་ཁམས་མོས་པའི་རྩ་གཟུགས་ནི། །  
གཅིག་མིན་དུ་མར་འཕུལ་བའི་ངང་རྩལ་འདི། །  
དེན་འབྱུང་བྲིམས་ཀྱིས་བྱས་པའི་ཆོས་ནིད་དེ། །  
བསྐྱར་བའི་སྐལ་བཤེ་བོས་རིང་དུ་བཞག། །

འདིར་འབད་ལེགས་བྱས་རབ་དཀར་འོ་མའི་རྩལ། །  
བྱང་ཆེན་ཚུ་གཏེར་ཡང་བར་སིམ་གྱུར་ནས། །  
རིས་མེད་ཀྱལ་བསྐྱན་པེ་རྒྱར་དཀར་པོའི་རྩལས། །  
རྩོགས་ལྡན་མཁའ་རུ་འཕྱོ་བའི་ལྷག་བསམ་མད། །

གཞན་ཡང་རྒྱས་མེད་ཕྱི་མའི་ལམ་རིང་དུ། །  
དུས་མིན་མཐོན་དུ་ཆས་པའི་ལྷོས་བཅས་གཉིན། །  
བརྟན་འཛིན་མཁའ་འགྲོ་བཀྲ་ཤིས་ལྷ་མོ་དང་། །  
ཤེས་རབ་དབང་མོ་ལ་སོགས་འབྲེལ་ཐོག་ཀུན། །

སྤྱག་བསྐུལ་ཀུན་འབྱུང་སྤྱད་པའི་རྒྱ་མཚོ་ལས། །  
འཕོག་ལམ་གྱུ་ཡི་འཇུག་ངོགས་ལེགས་རྣམས་དེ། །  
མཚོག་གསུམ་མཐུན་པའི་རྒྱུད་དང་རྟན་གཅིག་ཏུ།  
སྤྱ་བཞིན་མེད་པའི་སྤྱི་དུ་སོན་གྱུར་ཅིག །

སྤྱེགས་བམ་འདི་ལ་མ་དྲགས་འབྲུལ་བའི་ཆ། །  
མཆིས་པ་སྤྱི་ན་མཐུན་དཔྱོད་ཀེ་ཏ་ཀས། །  
ལེགས་ཉེས་སྤྱེ་བའི་སྤྱི་རབས་སྤྱི་ལ་བཟང་པོ། །  
རྒྱན་དུ་ལེན་ལ་ཁོ་བོ་ཅི་ཡང་གུས། །

འོན་ཀྱང་ཕྱག་དོག་གནམ་རུའི་ཕང་བ་ནས། །  
རྒྱུ་སྤྱོད་དུག་གི་ཉག་ཕྱན་འཕེན་སྤྱོད་པའི། །  
ཆོས་མེད་སྤྱི་བོའི་ཆོགས་ཀྱི་སྤྱི་སྤྱོད་ལ། །

---

མགོ་བོ་མི་སྐྱར་ལུང་རིག་མཚན་ཁ་འབྲན། །

ཅེས་རང་གི་རྩོམ་འདོན་ཐེངས་དང་པོའི་པར་བྱང་སྒྲིན་ཚིག་འདི་ཡང་གུང་རི་རྒྱུ་མིང་  
འདོན་པས་བགྲིས་པའོ། །དགེ་ལེགས་འཕེལ། །

## ༡༡། རྩོམ་པ་པོའི་མཛད་ནམ་མཛོད་པར་བརྒྱུས།

སྐར་ཁམས་གུང་རི་ཀམ་རིན་པོ་ཆེ་བཟུན་འཛིན་ཀུན་དགའ་ཆོས་  
ཀྱི་རྒྱལ་མཚན་དཔལ་བཟང་པོ་མཆོག་ནི། གྱི་ལོ་༡༧༦༩ རེང་མོ་སྤུལ་གྱི་  
ལོའི་ས་ག་རྩ་བའི་ཆོས་༡༥ ལ་ཡབ་པརྩ་རྒྱ་མཚོ་དང་ཡུམ་མ་འཛོམས་ལྟ་  
མོ་གཉིས་ཀྱི་སྲས་སུ་སྐྱབས་ལས། ཡུམ་སྤུམ་མ་གནོད་མེད་དུ་བཅའ་ཞིང་།  
སྤུག་གོས་དང་སྒྲོམ་ཐག་གི་རྩྱལ་དུ་བསྐྱབས་པ་སོགས། རོ་མཚར་བའི་ལྟས་  
དང་བཅས་ཏེ་ཕྱོན། དགུང་གྲངས་གསུམ་སོན་པ་དང་གསང་བདག་མའི་  
ནམ་རེ་ལ་རྩེ་རས་རྒྱུང་བའི་སྤྱེས་སྤེང་འཛིན་པ་འགྲོ་མགོན་གུང་རི་ཀམ་ལེགས་  
བཤད་རྒྱ་མཚོའི་སྤྱབ་ཁང་དང་ལོ་བྱེད་ལ་རྩོན་གནས་རྩེས་བྱན་གྱིས་ངོས་འཛིན་  
གནང་ཞིང་། གཞན་ཡང་བྱིས་དུས་ནས་དམ་པའི་སྤྱོད་རྩྱལ་འབྲམས་སུ་  
ལས། དགུང་ལོ་བརྒྱ་སོན་པ་དང་ཆོས་གྲགས་རྒྱ་མཚོ་དང་གན་ཉི་མ་གཉིས་  
ཀྱི་བྱང་དུ་ཡི་གེ་བྱི་མོ་འབྲི་སྒྲིག་དབུ་བཅུགས། གྱི་ལོ་༡༧༩༠ ལོའི་རྩ་བ་  
༡༩ པའི་ཆོས་༡༥ ལ་གནས་མགོར་ཕེབས་ཞོར་འོད་གསལ་དུ་གྱུ་བྱ་རིན་  
པོ་ཆེས་མ་འོངས་ལུང་བཟུན་མཛད་པ་ནམས་ཚད་མ་ཉིད་དུ་གྱུར། ལོ་དེའི་  
དབྱར་འགོ་རྩྱལ་པ་དང་ཁ་བ་དཀར་པོར་ཕེབས་ཏེ་གནས་གཞིགས་དང་

འབྲེལ་དུས་འགྱུར་གྱི་སྐབས་དེར་ཆོས་ཀྱི་འབྲེལ་ཐག་ཆད་པའི་ཡུལ་དེར་ཆོས་  
 རྫོགས་ཐུབ་ན། ཁ་བ་དཀར་པོའི་གངས་གདན་བཤམས་པ་དང་འཇའ་གུར་  
 ལུབ་པ་སོགས་ངོ་མཚར་བ་མང་དུ་བྱུང་། ཕྱི་ལོ་༡༩༤༡ ལོའི་ཟླ་༡༠ པའི་  
 ཆོས་༡༥ ལ་དབུས་ལྷ་ཁྱན་དུ་ཕེབས་གིང་དགའ་ལྡན་ལ་ཆོས་ཁྱགས་མཛད་  
 ཅིང་། དུས་དེར་སློབ་གྲྭ་གསལ་ཡོངས་ཀྱི་མཐོང་སྤང་དུ་གྱུར་པའི་སྡོད་སྡོང་  
 པ་ཞིག་གི་ནང་དུ་འོ་མའི་བདུད་རྩི་བཀའ་བ་སོགས་ཡལ་བའི་སློབ་དཔེ་ཀྱི་གྲུབ་  
 མཚན་མང་། ཕྱི་ལོ་༡༩༤༣ ལོའི་ཟླ་༥ པར་རྒྱ་གར་དུ་ཕེབས་ཏེ་སློབ་མིང་  
 གྲ་ཆང་ནང་ལོ་བདུན་གྱི་རིང་དགེ་བཤེས་སློབ་ཐང་དོན་རྗེ་དང་། སློབ་ཐང་  
 རྒྱ་མཚོ། བཀའ་ཟུར་རིན་པོ་ཆེ། དགའ་ལྡན་ཁྲི་རབས་བརྒྱ་པ་སོགས་  
 དམ་པ་དུ་མའི་ཞལ་སྤྱན་ནས་གཞུང་ལུགས་མང་པོར་ཐོས་བསམ་པེས་རྟེན་  
 མཛད། ༡༩༤༦ ལོའི་ཟླ་༡༡ པའི་ཆོས་ཤར་ལ་ཡགོང་ས་ཆེན་པོར་མཁས་  
 མང་སྟོང་འདུས་དབུས་སྤྱད་གསལ་གསལ་གསལ་འབུལ་གྱིས་མཆོད་སྲིན་རྒྱ་  
 མེད་ལུལ། གྲ་ཆུ་མཚོག་སྤུལ་ནས་གྲུང་རི་ཀཱ་འི་ཡང་སྲིད་གནས་ལུ་བཞིན་  
 ཕྱི་ལོ་༡༩༤༥ ཟླ་༡༠ ཆོས་༡༠ ལ་འཇམ་དབྱངས་མིའི་སྒོས་གར་ཡ་སྐབས་  
 མགོན་ཡགོང་ས་བདག་ཁྲི་དོན་རྗེ་འཆང་གིས་གྲུང་རི་ཀཱ་ལེགས་བཤད་རྒྱ་  
 མཆོད་ཡང་སྲིད་འབུལ་བུལ་བྱགས་བརྟགས་གསེར་གྱི་ཅོད་པ་ཅ་སྤྱི་པོའི་རྒྱན་  
 དུ་བསྐུལ་ཏེ། མཚན་དག་དབང་ཀུན་དགའ་འབྱུང་གནས་སུ་གསོལ། བཀའ་  
 ཟུར་རིན་པོ་ཆེ་ནས་ཡགོང་ས་མཚོག་ལ་སྤྱན་མེད་ལུ་དགོས་ཚུལ་ནན་ཏན་

གནང་བ་དེ་ལུགས་སྟན་མེད་ཕུལ་བས། ཡུལ་ན་པརྩའི་ནམ་རེལ་ཡསྟུབས་  
 མགོན་ཡུལ་པའི་དབང་པོ་མཆོག་ནས་ཐུགས་བརྟགས་བཀའ་ལུང་བསྟུལ།  
 མཆོན་གྱང་རི་ཀམ་བསྟན་འཛིན་ཀུན་དགའ་ཆོས་ཀྱི་ཀུལ་མཆོན་གསེལ། རྩེང་  
 སར་མཁན་ཆེན་ཀུན་དགའ་དབང་ཕུག་རིན་པོ་ཆེའི་ཞལ་སྐྱ་ནས་གཞུང་ཆེན་  
 བཅུ་གསུམ་སོགས་རིས་མེད་གཞུང་ལ་སྦྱང་བ་མཐར་མིན། བཤད་གྲུའི་  
 དབྱར་བདག་ཀྱང་གནང་། ཀུལ་མཆོག་ཕུག་ན་པརྩེ་ཡསྟུབས་མགོན་ཡུལ་  
 མ་རིན་པོ་ཆེ། འབྲུལ་ཞིག་དེ་རྩེ་འཆང་། ལྷ་མིང་མཁན་རིན་པོ་ཆེ། སྒོ་  
 ཆོས་རིན་པོ་ཆེ། མཆོན་ཞབས་རིན་པོ་ཆེ། མཁས་ཆེན་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀུལ་  
 མཆོན་སོགས་རིས་མེད་པོད་ཀྱི་བླ་ཆེན་ནམས་ཀྱི་དྲུང་ནས་དབང་ལུང་ཆོས་  
 མང་བ་གསན། ཕྱི་ལོ་༡༧༧༡ ལོར་ར་ཇ་ཡུར་དཔལ་ས་སྐྱའི་གདན་སར་  
 སྦྱང་འདུག་དང་མོར་མདོ་ཞིབ་ཀྱས་ཁྲིད་ཅིང་གསེས་སྦྱང་མཁན་ཆབ་ལན་མང་  
 མཛད། ལོ་དེར་ངོར་གདན་སར་ཡསྟུབས་མགོན་ཡུལ་མ་རིན་པོ་ཆེར་  
 མཁས་མང་འདུས་པ་ཀྱང་མཆོའི་དབུས་སུ་རྟགས་གསལ་གཟིགས་འདུལ་གྱིས་  
 མཆོད་སྒྲིན་ཕུལ། ༡༧༧༢ ལོར་སྤར་ཁམས་ཀྱི་གདུལ་བྱས་རེ་སྐུལ་བཞིན་  
 མདོ་ཁམས་སུ་ཕེབས་ཏེ་སྐལ་ལྷན་དུ་མར་དབང་ལུང་ཁྲིད་གསུམ་སོགས་ཆོས་  
 ཆར་ཡབས། ཕྱི་ལོ་༡༧༧༤ ལོར་ཡུལ་དེར་མི་ལོ་བཅུ་ཕྱག་དུ་མའི་རིང་  
 མེད་པའི་མཆོན་ཉིད་བཤད་གྲུང་། སྒོ་བ་གྲགས་ར་དུ་བཞེངས་གིང་། སྒོ་བ་  
 བཤད་གཉིས་ཀྱི་འགན་འཛིན་དང་སྒོ་བ་སྤྱི། བཤད་གྲུའི་མཁན་པོ་སོགས་



གྱིས་འགན་འཁུར་བསྐྱེད་སྤྱོད་ཀྱི་ཕྱི་ལོ་ལྟ་བུ་དེ་དང་བཅས་  
 པའི་དབུ་འཕང་བསྟན། དུག་དོར། ཀྱན་རིག་ཕུར་པ། གྲུབ་ཀྱི་ལ།  
 མགོན་པོ་སྟགས་ལ་བསྟོན་མཆོམས་མང་དུ་བཏང་། མེ་རེར་དགོན་སྡེ་ཁག་  
 ལ་བཀའ་ཆོས་ཐེངས་རེ་གནང་སྟེ་སེར་སྐྱ་དུ་མའི་རྒྱུད་ལ་ནམ་བུ་གི་བག་  
 ཆགས་བྱུང་པར་ཅན་བསྐྱེད་པ་སྟགས་བསྟན་འགྲོར་སྟན་པའི་མཛད་འཕྲིན་  
 ཀྱས་པའི་སྐབས། དམར་པོའི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་རྒྱུད་འཛུབ་གཡུག་སྟེ། ༡༩༩༥  
 ལོའི་ཟླ་བ་༥ པའི་ཆོས་༡༥ ལ་སྐར་ཡང་བཅན་བྱེད་དུ་ཐེབས་ཞོར་ནག་  
 རྒྱུགས་བར་ཆད་གྱིས་གུང་རི་བླ་བུ་གི་ཕྱག་མཛོད་སྟགས་སྐུ་འཁོར་ཉེར་བདུན་  
 དུས་མིན་ཁྱེན་དབང་དུ་གྱུར། དེ་དག་ལ་འཕྲོ་བ་ལམ་སྟོན་དང་བསྐྱོ་སྟོན་  
 མཛད་ཅིང་དབུས་ལྟ་ལྟོན་དང་། ས་སྐྱའི་གདན་ས། ཚུར་ཕུ་སྟགས་ས་  
 དགེ་བཀའ་རྙིང་གི་ཆོས་སྡེ་ཡོད་དོ་ཅིག་ལ་མཆོད་འབུལ་བྱ་ཆེར་བསྐྱབས།  
 གུང་རི་མཆོག་སྐུ་ལ་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་དང་སྤྱིང་མེ་སྐྱོལ་དཀར་ནམ་གཉིས་རིམ་  
 གྱིས་བལ་པོ་བརྒྱུད་འཕགས་ཡུལ་དུ་ཞབས་སོར་འཁོད་དེ་མ་སྐྱབས་མགོན་  
 ནམ་གཉིས་དབུས་བླ་ཆེན་ནམས་མངལ་བཅར་སྐབས་སུ། རྒྱགས་དབྱེས་  
 བཅེ་ཆེན་པོའི་བསྟོད་བསྐྱགས་ཀྱི་མེ་དོག་འཐོར། སྐར་ཡང་ས་རྒྱའི་མཐོ་  
 སྐོབ་ནང་ལོ་གཅིག་གི་རིང་སྟན་ངག་ཟུར་སྦྱོང་མཛད། ཁོང་ནི་ས་སྐྱ་པའི་  
 མཁས་པ་ན་གཞན་གྱི་ཁྱོད་ནས་བརྒྱུམས་ཆོས་འདོན་མཁན་དང་པོའི་གས་  
 རིག་ཡིན་པ་ངོས་འཛིན་གྱི་ཡོད། ཕྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་ལ་ནང་ཆོས་གོང་སྟེ་ལ་

གྲི་མཇེད་འཕྲིན་སྒྲིང་བཞིན་པའི་སྐབས་སུ། སྐུ་ཉིད་ཀྱི་ལྷགས་ཚུམ་དེབ་དང་  
 པོ་འདི་བཞིན་བརྟན་འགྲོ་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་ཏུ་བྱི་མའི་ལམ་དུ་གཤེགས་པའི་ཕྱག་  
 མཇོད་བཙུན་མ་འཇོམས་དབྱངས་རྩ་མོའམ་བརྟན་འཛིན་མཁའ་འགོ་ལགས་  
 ཀྱིས་རེ་འདོད་སྒྲིང་ཆེད་པར་སྐྱན་བྱེད་སྐབས། རྣམ་ཐར་ས་བོན་དང་བཅས་  
 མཇེད་རྣམ་མདོར་བརྟུས་ཤིག་འབྲི་རོགས་ཞེས་སྐྱེམ་ཆེད་འབྲུག་རྒྱལ་ལགས་  
 ཀྱིས་སྐུ་ལ་མ་གནང་བ་བཞིན། མདོ་སྤྲད་པ་ཡེ་ཤེས་རྒྱ་མཚོས་བྲིས་པ་དག་  
 ལེགས་འཕེལ།

# ༡༡། །གུང་རི་ལེགས་བཤད་ཀྱི་མཆོའི་མཛད་ནམ་ མདོར་བསྟུས།

ཨྱི་སྐྱེ།

གསང་སྐྱགས་རིགས་བརྒྱའི་བདག་པོ་ཕྱག་དོར་གྱི། །

ཕྱགས་སྐྱལ་གུང་ཐང་རས་རྒྱུང་ལ་སོགས་པའི། །

བྱང་སེམས་ནམ་འདྲན་དཔག་མེད་སྐྱབ་ལྟམས་པ། །

འགྲོ་མགོན་གུང་རི་ཀུམ་འེ་ཞབས་ལ་འདུད། །

ཅེས་ཆོག་གི་མེ་ཏྲག་འཛོར་བ་སྟོན་དུ་བཏང་སྟེ། རི་རྒྱུད་དུ། རི་རས་རྒྱུང་  
བའི་ཡུང་བསྟན་ལས། ཁོ་བོ་སྐྱལ་པ་གངས་མེད་གྱིས། །རྟོང་གསུམ་མ་  
ལུས་ཀུན་དུ་བྱུང། །བྱུང་པར་གདུལ་བྱ་ཁ་བ་ཅན། །བོད་ཡུལ་གྱི་དགུ་  
འདྲི་ཉིད་དུ། །སྐྱལ་པ་མང་པོས་འགྲོ་བ་འདྲན། །ཞེས་གསུང་བ་ལྟར། །འགྲོ་  
མགོན་གུང་རི་ཀུམ་ལེགས་བཤད་ཀྱི་མཆོ་མཆོག་ནི། །མདོ་ཁམས་ས་ངན་  
ཉག་འགན་རྫོང་འབྲུ་རྒྱུ་ཆེན་མོ་དལ་གྱིས་འབབ་པའི་ཉེ་འགྲམ་གུང་རི་ཆང་།  
ཡབ་ཨ་མ་བྲིན་དང་ཡུམ་ཨ་མེ་སྐྱེལ་མགོན་གྱི་སྐུས་སུ་བྱུང་ལོ་༡༧༣༠ ལྷགས་  
པོ་བྱིའི་ལོར་རྒྱ་རྟོད་རྒྱ་བའི་ཆེས་༦ ལ་གཡུ་འབྲུག་གི་སྐྱེ་དང་འཇའ་གུར་  
ཕུབ་པ་སོགས་ལྟས་བཟང་པོ་དུ་མ་དང་བཅས་ཏེ་སྐྱེ་འབྱུངས། མཆོན་ལ་

གུང་རི་བུ་ཕུག་ཅེས་གཅེས་མིང་བཏགས། གྲིས་ཅེད་རིགས་ནམས་ཆོས་  
 རྒྱུད་ཁོན་མཛད། རྒྱུག་འབྲི་དང་བཟོ་རིགས་ཀུན་སྤྱང་པ་མཐར་མོན། བྱང་  
 ཁབ་གད་བྱའི་མཁན་པོ་ཁྲི་རི་ཨ་ཕྱིན་ལས་དགེ་ལྡན་ལ་སྤྱོད་གི་རྩིས་པ་ཁུས་པས་  
 གུང་རི་ལེགས་བཤད་ཀྱི་མཆོ་ཞེས་མཆོན་གསོལ། རྩོགས་ཆེན་གྱི་གཞུང་  
 ལ་ཐོས་བསམ་མཐར་ཕྱིན་པ་དང་། གཏེར་རྩོན་ཀམ་སྒྲིང་པའི་ཞལ་སྤྱན་ས་  
 གསང་ཆེན་རྒྱུད་སྡེ་ཡོངས་སུ་རྩོགས་པ་གསན། གསང་སྤགས་གྱི་གནས་  
 ལ་བྱང་རྒྱལ་པར་མཛད་ཅིང་བླ་མ་ཐུགས་དགེས་ཏེ་མཆོན་ལ་གུང་རི་ཀམ་རིན་  
 ཆེན་ཞེས་སྐུ་གསོལ། བླ་མས་བུ་ཁྲོད་ལ་ཀམ་ཞེས་མིང་བཏགས་པ་ནི་དེའི་  
 དངོས་བྱུང་གྱི་འཕྲིན་ལས་སྤྱིན་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ཡིན། རིན་ཆེན་ཞེས་མིང་  
 བཏགས་པ་ནི། ཁྲོད་རིན་ཆེན་མཆོན་ཅན་གྱི་སྐུ་ལ་སྐྱེའོན་པས་དེ་ལྟར་གསོལ།  
 ད་ནི་པ་ཡི་བུ་ཁྲོད་ཉམས་ལེན་གྱི་རྟེན་ལ་ཞོན་ཞིག་ཡང་གསུངས། དེ་ནས་སྤྱར་  
 རང་ཡུལ་ཕེབས་ཏེ་ཨུ་ཀོ་རི་ལ་སྐྱབ་པ་བཞུགས་དུས་སུ། དུར་ཁྲི་དང་དུར་  
 བདག་འབྱུང་པོ་སོགས་ལ་ཡུས་སྤྱིན་མཛད་བཞིན་དུ་སྐྱ་སྐྱིལ་གྱང་ནམ་མཁར་  
 ཕེབས་ཏེ་༧་པའི་བསྐྱམས་ཤིང་གཙོད་མགུར་གསུངས། རྩོགས་ཐུན་བླ་མ་  
 ཕྱག་དོག་གིས་ཚུམ་ནས་ཨ་ཕུག་འགའ་གས་དགྲོང་མཁན་བཏང་བ་ཕྱུ་དཔོན་  
 གྲིས་ཤེས་འབྲལ་བ་ཀག་འཁོག་ནན་དུ་བྱས། ལོ་དུག་གི་རིང་གནས་མགོ་ར་  
 བསྐྱབ་པ་བྱུང་པའི་མཇུག་དུ་ཁྲི་ཁྲིའི་སྐབ་མཆོད་སྐབས་དེར་ཟངས་རྩོད་རྩོད་  
 པ་ཞིག་གི་ནང་དུ་བདུད་རྩིས་བཀང་བ་སོགས་བྱུང་དགས་མང་། འཇའ་ཡུས་

གྱི་གོ་འཕང་བརྟེས་ཤིང་སྐྱབ་ཕྱག་ལའང་འཇའ་ལུས་སྐྱབ་ཕྱག་དུ་གྲགས།  
 གཙང་སྟོང་སྟོང་གྱི་འགྲུ་བ་རྣམས་སྐལ་ལྷན་གྱི་སར་བཀོད། ཡུད་པོན་དང་  
 རྩམ་ཡ་ཤེས་གཉིས་ཀྱིས་གསོལ་བ་བཏབ་པ་ལྟར་འགག་མདོ་རི་བྱོད་དུ་སྟོབ་  
 ཚོགས་རྣམས་ཞབས་སེར་འཁོད་ཅིང་། རྗེ་ཚོགས་དང་སྐྱག་རའི་སེར་སྐྱ་  
 རྣམས་ལ་ཚོས་འཁོར་བསྐྱོར། དྲག་པོས་སྤྱན་ནག་འབྲུགས་ཤིང་རྒྱུད་རྩྱུབ་  
 དང་བཅས་གནམ་ཐོག་བརྒྱབ་ཏེ་ཐོག་ཀྱུ། གུང་རི་རིན་པོ་ཆེའི་སྐྱ་པང་སྟེང་  
 བས་ཕྱིར་བྱོ་རྒྱུ་ཡོད་ནའང་སྐྱ་ལ་གནོད་འཚེ་ལྟ་ཞིག་དགུས་ཉམས་ཆེན་པོའི་  
 ངང་འདི་སྐྱས་པ།

ཐོག་དམར་ཡང་ལུས་ལ་འབྲེལ་ནའང་། །

འཇའ་ལུས་གྲུབ་ཐོབ་ནལ་འཕྱོར་གྱིས། །

རྒྱལ་སྤྱི་རྣམ་མཁའི་མཐུ་དུག་བཅིངས། །

རས་རྒྱུད་ཀླའི་དཔའ་དག་ཡིན། །

ཞེས་གསུང་འདི་འདྲེ་སྤྱན་ལ་གཟི་བཞིན་སྟོན་པའི་ཞོར་དུ་རྗེ་རས་རྒྱུད་བ་སྐྱ་  
 རྗེན་བ་ཡིན་རྒྱལ་ཤོར་བ་འདྲ། ཡུ་པ་དཔོན། སྟོང་པ་དཔོན། ཡར་ནང་  
 དཔོན་སོགས་དཔོན་འགོ་བརྒྱད་གྱི་དབུ་ཐུར་ཤེས་པ། ཕྱི་རུ་སྟོན་པ་དག་བཅོམ་  
 ཉེ་བར་འཁོར་གྱི་སྟོན་རྒྱལ་བཞིན་ཕྱག་ལ་རྒྱུང་བཟེད་དང་ཚོས་གོས་འཁར་  
 གསེལ་འབྲལ་མེད་ཐོགས་ཤིང་། ཕྱི་དྲོའི་ཁ་ཟས་དང་ཤིའི་རིགས་བཞེས་  
 སྟོལ་མེད། བོད་གྱི་བརྟན་སྤྱི་ཆེད་དུ་སྟོབ་ཚོགས་རྣམས་ལྟན་འཛིན་མས་ཞི་

ཁྱིའི་སྐྱབ་མཆོད་སྐབས། ཉིན་མོར་མེ་དོག་གི་ཁ་བ་འབབ་པ་དང་མཚན་  
 མོར་སྐྱག་གཟིག་གིས་སྐྱབ་ཁང་བསྐྱར་བ་ཀུན་གྱི་མཐོང་སྒྲུབ་དུ་གྱུར། དུས་  
 འགུར་སྐབས་དམར་པོས་དུག་མདའ་བརྒྱ་ཕྱག་མང་པོ་འཕངས་ན་འང་དམ་  
 པ་གང་ཉིད་སྐྱེས་ཀྱང་བཞུགས་ཤིང་མཚོན་གྱི་འཛིགས་པ་དང་བྲལ། དུས་  
 སྐབས་དེར་ཐ་སྐྱལ་ཡལ་མེ་ཆེ་མཚོན་འོག་དུ་གཤེགས་པ་ལས་རང་དབང་བྱོན་  
 པ་ནི། འགྲོ་མགོན་གྲུང་རི་ཀམ་ལེགས་བཤད་བྱ་མཚོ་མཚོག་དང་། ཐ་མ་  
 བདེ་ཆེན་རྣམ་གཉིས་ལྟ་བུ་ནི་ཉིན་མོའི་སྐར་མ་ཡིན། རྗེ་རས་ཚུང་པའི་སྐྱེ་  
 རབས་ཀྱི་ཐོང་བ་བྱོན་པའི་གྲུང་རི་ཀམ་ལེགས་བཤད་བྱ་མཚོ་མཚོག་ཕྱི་ལོ་  
 ༡༧༥༧ ལོ་དགུང་གངས་ལཱ་རྩུར་ཡེབས་པ་དང་། བརྒྱན་གཞི་མེད་པ་ཞབས་  
 རྗེ་སྐྱེས་ཀྱང་དུ་བཞུགས་ཤིང་ཐུགས་དགུས་ཉམས་ཆེན་པོས་བུ་སྒྲོབ་རྣམས་  
 ལ་ཕྱིས་བྱོན་ཡུང་བ་རྣམས་མཛད་ཅིང་ལྷས་བཟང་པོ་དུ་མ་དང་བཅས་དེ་མཁའ་  
 སྤྱད་ཞིང་དུ་གཤེགས་པར་གྲགས། མདོར་ན་དམ་པ་གང་ཉིད་སྐྱེ་ཆེ་ཆེ་ལ་  
 བོ་སྒྲོམ་བསྐྱབ་མཛད་ཚུལ་དང་མདོན་མཁྱེན་གྲུབ་མཚན་སོགས་གསང་བ་  
 བསམ་གྱིས་མི་བྲབ་པ་ཤིན་དུ་མང་བས། འདིར་བཤད་པའི་སྐབས་མ་ཡིན་  
 པས་རིང་དུ་བཞག་ གྲུང་རི་རིན་པོ་ཆེའི་སྒྲོབ་མའི་རེ་བ་སྐྱོང་ཆེད་དུ་མཛད་  
 སྤྱད་བྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ལས་ཚུའི་ཐིགས་པ་འདི་བཞིན་དགེ་བཤེས་ལྟ་རམ་པའི་  
 མིང་འཛིན་ཤུགས་དགེ་སྤྱོད་ངག་དབང་མཚོག་ལྟན་གྱིས་སུག་བྱིས་སུ་སྐྱར་  
 པ་དགོའོ། །

---

## འདིར་སྒྲ་པ།

ལྷོ་ལོ་མདའ་མཆོན་གྲངས་འདས་ཆེད་དམིགས་བརྒྱབ་གྲང་བ་སྤྱི་ཅེ་མོ་ཡང་། །

གཡོ་མེད་སྤྱི་ལ་མོ་གྲང་དུ་སྤྱོད་ཉིད་སྤྱོད་རྩེ་གོ་ཆ་རབ་དུ་བྱོན། །

གདུལ་བྱ་དང་པོས་འདྲན་ཕྱིར་གཟི་བཞིན་ཆེན་པོ་དགེ་ས་པའི་ངང་རྒྱལ་གྱིས། །

ཕྱིས་ཕྱོན་ལྟར་བརྟན་འཛིན་ཅིང་བརྟན་མེད་གསེགས་པ་བྱོད་ལ་འགྲན་ནུས་མིན། །

## BRIEF INTRODUCTION OF THE AUTHOR

Gung-Ri-Karma Rinpoche, the almighty saviour of sentient beings from the cyclic world was recognized by H.H. the 14th Dalai Lama and the honorable spiritual leader, Sakya Gongma Rinpoche, as true reincarnation of his predecessor, Gung-Ri-Karma-Lehshe-Tsve-Rinpoche. He was actually born on 15th of June 1964 at a place called Markham, in the eastern part of Tibet. At the early age of 3yrs, he could unmistakably recognized all the assets and belongings of his predecessor with his clear vicinity of latency and sense of connectedness with his past reminiscence. And became novice monk at the age of ten and began in the pursuit of his religious study. When he reached the age of 15yrs old, he joined and studied Ganden Monastery which was founded by Jam-Ghon-Lama-Tsongkhu-Pu. At the age of 19, he began his vigorous learning of his religious study for seven years on logical science, two vehicles-Hinayana ( lesser vehicle ), Mahayana ( greater vehicle ), Sutra and Tantra from the various Buddhist scholars of Drepung Loseling University. In year 1987, he absorbed heavily in Dzongsar Institute in study on the philosophy of Sakya, Nyingma and Kargyue that he continued for three years and which later grew his fame and popularity. In year 1992, the indigenous people of Markham in the eastern Tibet graciously invited him. And in return, he fulfilled the aspiration and keen interest of the faithful inhabitants by sacrificing Dharma guidelines to them. In 1994, in order to work socially and altruistically for others, he built a nursery school for the vagrant pupils and the children from poor financial background. He once again laid down the foundation of Buddhist University, whose time of building was as same as that of building the school. Despite being the principal of the school and the abbot of the University, he also composed many books on the elucidation of many venerable prayers such as Prayer of Refuge, Altruistic Mind, Path of Sarvarton-by Atisha, essence of Heart Sutra, Elimination of One's negative imprints and Tara prayers.

During his stay in retreat, at the request made by his disciples, he also composed books more than 20, on the very important sermon that had been imparted.

Please do contact Gung-Ri Rinpoche directly if there is any wealth of person, who may be interested in financing the book-II into Chinese and English version. This book has been able to come due to the financial assistance boost by the Taiwanese Buddhist foundation of Education and Peace Center.

Please note that no one is allowed to sell and misuse this book.

Finally, Geshe Ngawang Chokden, the introducer has disclosed here with immense of gratitude and deepest thanks to the Chairman and all the staff members of this meritorious center.



རྩེ་ནམ་དཀར་འདི་ཡིས་མཐའ་གྲས་ཞིང་གུན་གྱི།  
 རྩོད་བཅུད་འགྱུར་བ་ལུལ་དུ་བྱུང་བ་དང་།  
 བཀའ་འདི་ཞིང་མཆོག་བཞི་ཡི་དྲི་ལན་འཁོར།  
 ངན་འགྲོའི་གཡང་སར་ནམ་ཡང་མི་ལུང་ཞིང་།  
 འདི་ལ་ཐོས་སོགས་བགྱིད་པའི་འབྲེལ་ཐོགས་ཀུན།  
 བྱང་རྒྱལ་སེམས་ཀྱི་བདུད་ཅིས་ཤེས་རྒྱུད་བཟླན།  
 འདི་སྣང་འགགས་ཆོད་ག་པའི་ཞིང་བཟང་དུ།  
 བརྩམ་ཏེ་སྦྱེས་ནས་དོན་གཉིས་མཐའ་ཕྱིན་ཤོག།  
 ཅིས་པ་འདི་ཡང་པར་སྦྱར་གྱི་བྱ་བཞག་འདིར་འགྲོ་གོན་  
 གཏོང་མཁན་དང་། ལགས་བཤད་འདི་ཉིད་འཛིན་འཆང་  
 ལྷོག་པ་སོགས་ཀྱི་དགེ་བཅའི་སྦྱོར་ཆོག་ཏུ་བྱིས་པའོ།

སེམ་མཆོག་ལོ།

# ཨོ་ནམ་ཨ་མི་དུ་བླུ་ཡ།

རྩེ་སྤར་འགྲོམ་དང་མཐུན་འགྱུར་སྤྱིར་མཁན།  
 སྤྱིར་ཐུན་ནང་པའི་ཤེས་ཡོན་བདེ་ཅུ་ལྟན་ཆོགས།  
 བྱུག་དེབ་འདི་བཞིན་རིན་མེད་དུ་འགྲོམ་སྤེལ་བྱེད་པ་ལས་ཆོང་བསྐྱར་བྱེད་མི་ཆོག།  
 སྤར་སྦྱར་བྱེད་ཡུལ་སྤྱིར་ཐུན།

# DEDICATION OF MERIT



May the merit and virtue  
accrued from this work  
adorn Amitabha Buddha's Pure Land,  
repay the four great kindnesses above,  
and relieve the suffering of  
those on the three paths below.

May those who see or hear of these efforts  
generate Bodhi-mind,  
spend their lives devoted to the Buddha Dharma,  
and finally be reborn together in  
the Land of Ultimate Bliss.  
Homage to Amita Buddha!

**NAMO AMITABHA**

南無阿彌陀佛

《藏文：凡夫前注解脫道的注疏—金車》

財團法人佛陀教育基金會 印贈

台北市杭州南路一段五十五號十一樓

Printed and donated for free distribution by

**The Corporate Body of the Buddha Educational Foundation**

11F., 55 Hang Chow South Road Sec 1, Taipei, Taiwan, R.O.C.

Tel: 886-2-23951198, Fax: 886-2-23913415

Email: [overseas@budaedu.org](mailto:overseas@budaedu.org)

Website: <http://www.budaedu.org>

**This book is strictly for free distribution, it is not for sale.**

Printed in Taiwan

3,000 copies; Nov 2002

ཕུག་དཔེ་འདི་ཚོས་སྤྱིན་དུ་འབྱུང་གྱི་ལས། ཚོར་བསྐྱར་མི་ཚོགས་པ་དགོངས་འཇགས་ཞུ།

TI081-3049



